नित्यकर्म

कक्षा ५



नित्यकर्म

कक्षा ५

परीक्षणम्

नेपालसर्वकारः
शिक्षामन्त्रालयः
पाठ्यक्रमविकासकेन्द्रम्
सानोठिमी-भक्तपुरम्

प्रकाशकः

नेपालसर्वकारः

शिक्षामन्त्रालयः

पाठ्यक्रमविकासकेन्द्रम्

सानोठिमी-भक्तपुरम्

परीक्षणसंस्करणम् – २०७०

अस्मदीयं कथनम्

विद्यालयस्तरीयशिक्षामुद्देश्यप्रधानां व्यावहारिकीं सामयिकीं वृत्तिदायिनीं च विधातुं समये समये पाठ्यक्रम-पाठ्यपुस्तकविकास-परिमार्जनानुकूलनकार्याणि निरन्तरं सञ्चाल्यमानानि सन्ति । विद्यार्थिषु राष्ट्रराष्ट्रियते प्रति सम्मानभावनामुद्भाव्य नैतिकानुशासन-स्वावलम्बनादि-सामाजिक-चारित्रिक-गुणानामाधारभूत-भाषिकशिल्पस्य विकासपूर्वकं सहयोगात्मकस्य दायित्वपूर्णस्य चाचरणस्य विकासः वर्तमाना आवश्यकता वर्तते । अस्या एवावश्यकतायाः परिपूर्तये शिक्षासम्बद्धैर्महानुभावैः सम्मिलितानां गोष्ठीनामन्तर्क्रियायाश्च निष्कर्षाद् निर्मितं २०६६ तमस्य विक्रमाब्दस्य गुरुकुलशिक्षापाठ्यक्रममनुसृत्य पुस्तकमिदं निर्मितं वर्तते ।

इदं पुस्तकं गोपीकृष्णगौतमः, शम्भुप्रसाददाहालः, पुरुषोत्तमः घिमिरे- प्रभृतीनां महानुभावानां कार्यदलेन लिखितं सम्पादितञ्च । अस्य पाठ्यपुस्तकस्य लेखने पाठ्यक्रमसिद्धान्तसंरचनयोः नवीनतमधारणानुसृत्य परम्परागतानां शिल्पानामनुसरणं कृतमस्ति । नित्यकर्मशिक्षणे शास्त्रीयपद्धतिमनुसृत्य आधुनिकविधेश्च प्रयोगोऽत्र कृतोऽस्ति । बालबालिकानां कर्मकाण्डाधारितानां विषयक्षेत्राणां ज्ञानार्जनविषयिणीं प्रतिभामुन्नेतुं विविधस्वरूपाणां क्रियाकलापाः पुस्तकेऽस्मिन् सन्निविष्टाः सन्ति । आधारभूतस्तरादेव सच्चरिताधारित-विषयक्षेत्राणां व्यवहारे प्रयोगक्षमतावर्धनायानुकूलाभ्यासश्चात्र समाविष्टो वर्तते । एतदेवोद्देश्यं विचार्य पुस्तकस्यास्य शिक्षणं विधातव्यं भवति । एतेन नित्यकर्मविषयस्याध्ययनाध्यापने बालबालिकाभ्यः गुरुभ्योऽभिभावकेभ्यश्च महती सहायता मिलिष्यतीति केन्द्रमेतद् विश्वसिति । अस्मिन् कार्ये दिवाकरढुङ्गेलः, प्रा.डा. माधवशरणोपाध्यायः, डा. ऋषिः शर्मा, डा. विष्णुप्रसाददहालः, डा. कमला सुवेदी, डा. रुद्रमिश्रः, शिवराजः अधिकारी, गणेशप्रसादः भट्टराई-प्रभृतीनां महानुभावानां विशेषसहयोगो विद्यते । अस्य चित्राङ्कनं गौतममानन्धरः, टङ्कणं रूपसज्जा च जयरामः कुइँकेल इत्याख्याभ्यां महानुभावाभ्यां कृतमस्ति ।

पाठ्यपुस्तकं शिक्षणप्रक्रियाया महत्त्वपूर्णसाधनं भवतीति नाविदितं शेमुषीमताम् । सानुभवाः शिक्षका जिज्ञासवश्छात्राः सविधिकर्मकराश्च पाठ्यक्रमलक्ष्यीकृतान् विषयान् नैकविधस्रोतसां साधनानाञ्चोपभोगेन अध्यापयितुमध्येतुं कर्म कर्तुं च प्रभवन्ति । अनेकैः कारणैः सर्वेष्वेव विद्यालयेषु सरलतया पाठ्योपकरणानामुपलब्धेरभावाद् अध्ययनकार्यं केवलं पाठ्यपुस्तकाश्रितं भवतीति तथ्यमात्मसात्कृत्य प्रस्तुतमिदं पाठ्यपुस्तकं यथासम्भवं स्तरीयं विधातुं प्रयासो विहितः, तथापि पाठ्यपुस्तकेऽस्मिन् यत्र यत्र त्रुटयोऽल्पताश्च विदुषां दृष्टिपथमागच्छेयुश्च तत्र तत्र परिष्कारे परिवर्धने च दृग्गोचरीभूतानां त्रुटीनां परिमार्जनादिकार्यजाताय परामर्शप्रदानविधौ शिक्षकच्छात्राभिभावकपाठकविशेषज्ञानां महती प्रभावकारिणी भूमिका भवति । अत उक्तविषयेषु रचनात्मकपरामर्शदानेनोपकर्तुं पाठ्यक्रमविकासकेन्द्रमिदं तांस्तान् सर्वानेव महानुभावान् सप्रश्रयमभ्यर्थयते ।

नेपालसर्वकारः
शिक्षामन्त्रालयः
पाठ्यक्रमविकासकेन्द्रम्

विषयसूची

पाठः १

स्वस्तिवाचनम्

यज्ञ वा कर्मको आरम्भमा पढिने मङ्गलकारक स्तुतिपाठलाई मङ्गलगान वा स्वस्तिवाचन भनिन्छ । कुनै पनि कार्यमा विघ्न बाधा नपरोस् र सबै देवी देवता प्रसन्न भई हाम्रो कर्ममा मङ्गल गरून् भन्ने यसको उद्देश्य हो । यसबाट सबै प्रकारका विघ्नबाधा तथा सङ्कट नष्ट भई इच्छा गरिएको सिद्धि प्राप्त हुन्छ ।

श्रीमन्महागणाधिपतये नमः । श्रीगुरुभ्यो नमः । श्रीसरस्वत्यै नमः । वेदाय नमः । वेदपुरुषाय नमः । इष्टदेवताभ्यो नमः । कुलदेवताभ्यो नमः । ग्रामदेवताभ्यो नमः । स्थानदेवताभ्यो नमः । वास्तुदेवताभ्यो नमः । एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः । सर्वेभ्यो ब्राह्मणेभ्यो नमः ।

ॐ सुमुखश्चैकदन्तश्च कपिलो गजकर्णकः ।
लम्बोदरश्च विकटो विघ्ननाशो गणाधिपः ॥
धूम्रकेतुर्गणाध्यक्षो भालचन्द्रो गजाननः ।
द्वादशैतानि नामानि यः पठेच्छृणुयादपि ॥
विद्यारम्भे विवाहे च प्रवेशे निर्गमे तथा ।
सङ्ग्रामे सङ्कटे चैव विघ्नस्तस्य न जायते ॥
शुक्लाम्बरधरं देवं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।

शिक्षकनिर्देशनम्

पाठस्थान् श्लोकान् सस्वरं वाचयित्वा शिष्यान् श्रावयत । छात्रानपि सस्वरवाचनाय प्रेरयत । यदि छात्रैः वाचितं श्लोकमशुद्धं, गतियतिलयाद् भिन्नमस्ति चेद् तर्हि बारम्बारं शुद्धोच्चारणे गतियतिलयमेलने च प्रयत्नो विधेयः ।

प्रसन्नवदनं ध्यायेत्सर्वविघ्नोपशान्तये ॥

अभीप्सितार्थसिद्ध्यर्थं पूजितो यः सुरासुरैः ।

सर्वविघ्नहरस्तस्मै गणाधिपतये नमः ॥

यजुर्वेदीयस्वस्तिवाचनमन्त्राः

ॐ आनो भद्द्राः क्क्रतवो यन्तुव्विश्श्वतोदब्धासोऽअपरीतासऽउद्भिदः ॥

देवानोयथा सदमिद्वृधेऽअसन्नप्प्रायुवोरक्क्षितारोदिवेदिवे ॥ १ ॥

देवानाम्भद्द्रासुमतिर्ऋजूयतान्देवानाᳬरातिरभिनोनिवर्त्तताम् ॥

देवानाᳬसक्ख्यमुपसेदिमाव्वयन्देवानऽआयुः प्प्रतिरन्तुजीवसे ॥ २ ॥

तान्पूर्व्वयानिविदाहूमहेव्वयम्भगम्मित्रमदितिन्दक्क्षमस्रिधम् ॥

अर्य्यमणंव्वरुणᳬसोममश्श्विनासरस्वतीनः सुभगामयस्क्करत् ॥ ३ ॥

तन्नोव्वातोमयोभुव्वातुभेषजन्तन्मातापृथिवीतत्पितादद्यौः ॥

तद्ग्रावाणः सोमसुतोमयोभुवस्तदश्श्विनाश्रृणुतन्धिष्ण्ण्यायुवम् ॥ ४ ॥

तमीशानञ्जगतस्तस्त्थुषस्प्पतिन्धियञ्जिन्वमवसेहूमहेव्वयम् ॥

पूषानोयथाव्वेदसामसद्द्वृधेरक्क्षितापायुरदब्धः स्वस्तये ॥ ५ ॥

स्वस्तिनऽइन्द्रोव्वृद्धश्श्रवाः स्वस्तिनः पूषाव्विश्श्ववेदाः ॥

स्वस्तिनस्तार्क्क्ष्योऽअरिष्टनेमिः स्वस्तिनोबृहस्प्पतिर्द्दधातु ॥ ६ ॥

पृषदश्श्वामरुतः पृश्निमातरः शुभँय्यावानोव्विदथेषुजग्मयः ॥

अग्निजिह्वामनवः सूरचक्क्षसोव्विश्श्वेनोदेवाऽअवसागमन्निह ॥ ७ ॥

भद्द्रङ्कर्णेभिः शृणुयामदेवाभद्द्रम्पश्श्येमाक्क्षभिर्य्यजत्राः ॥

स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाꣳसस्तनूभिर्व्यशेमहिदेवहितंयदायुः ॥ ८ ॥

शतमिन्नुशरदोऽअन्तिदेवायत्रानश्चक्राजरसन्तनूनाम् ॥

पुत्रासोयत्रपितरोभवन्तिमानोमध्यारीरिषतायुर्गन्तोः ॥ ९ ॥

अदितिर्द्यौरदितिरन्तरिक्षमदितिर्मातासपितासपुत्रः ॥

व्विश्श्वेदेवाऽअदितिꣳपञ्चजनाऽअदितिर्ज्जातमदितिर्ज्जनित्वम् ॥ १० ॥

द्यौःशान्तिरन्तरिक्षꣳशान्तिःपृथिवीशान्तिरापꣳशान्तिरोषधयꣳशान्तिः ॥

व्वनस्प्पतयꣳशान्तिर्व्विश्श्वेदेवाःशान्तिर्ब्ब्रह्मशान्तिꣳसर्व्वꣳशान्तिꣳ

शान्तिरेवशान्तिꣳसामाशान्तिरेधि ॥ ११ ॥

यतोयतꣳसमीहसेततोनोऽअभयङ्कुरु ॥

शन्नःकुरुप्प्रजाब्भ्योभयन्नꣳपशुब्भ्यः ॥ १२ ॥

विश्श्वानिदेवसवितर्द्दुरितानिपरासुव ॥

यद्भद्रन्तन्नऽआसुव ॥ १३ ॥

॥ सुशान्तिर्भवतु ॥

शब्दार्थाः

सुमुखम्	=	राम्रो मुख	एकः	=	एक
दन्तः	=	दाँत	कपिलः	=	कैलो
गजः	=	हात्ती	कर्णः	=	कान
लम्बः	=	लामो	उदरम्	=	पेट
विकटः	=	कठिन, डरलाग्दो	अधिपः	=	मालिक, स्वामी
धूम्रः	=	ध्वाँसे	केतुः	=	ध्वजा, पताका
अध्यक्षः	=	मुख्य, नायक	भालः	=	निधार
आननम्	=	मुख	द्वादशः	=	बार (१२)
एतानि	=	यिनीहरू	पठेत्	=	पढोस्
श्रृणुयात्	=	सुनोस्	आरम्भः	=	सुरु, थालनी
प्रवेशः	=	पस्ने काम	निर्गमः	=	निस्कने काम
जायते	=	हुन्छ	शुक्लः	=	सेतो
अम्बरम्	=	कपडा	शशी	=	चन्द्रमा
चतुः	=	चार	भुजम्	=	हात
प्रसन्नः	=	खुसी, हर्ष	वदनम्	=	मुख
उपशान्तये	=	शान्तिका निमित्त	ध्यायेत्	=	ध्यान गरोस्, सम्झोस्
अभीप्सितम्	=	इच्छित, इच्छा गरिएको	अर्थसिद्ध्यर्थम्	=	अर्थप्राप्तिका लागि
सुरः	=	देवता	असुरः	=	दानव, राक्षस
गणाधिपतये	=	गणेश, गणको मालिकलाई	नमः	=	नमस्कार छ

क्रतव:	=	यज्ञहरू	भद्रा:	=	कल्याणहरू
शृणुयाम:	=	सुनौँ	पश्येम:	=	देखौँ, हेरौँ
अक्षी	=	आँखा	आप:	=	पानी
ओषधय:	=	औषधीहरू	वनस्पतय:	=	वनस्पतिहरू
माम्	=	मलाई	एधि	=	प्राप्तहोस्
शम्	=	कल्याण	न:	=	हामीलाई
कुरु	=	गर	प्रजाभ्य:	=	सन्तति र प्रजालाई
पशुभ्य:	=	पशुहरूलाई	भवतु	=	होस्

अभ्यास:

१. **किमर्थं मङ्गलाचरणं स्वस्तिवाचनं च क्रियते ?**

२. **यजुर्वेदीयस्वस्तिवाचनमन्त्रा कति निर्दिष्टाः सन्ति ?**

३. **सुरासुरैः पूजितः कः ?**

४. **गणेशस्य मङ्गलाचरणे कति नामानि प्रसिद्धानि सन्ति ?**

५. **गणाधिपः किं करोति ?**

६. **गणेशस्योदरं कीदृशं वर्तते ?**

७. **भद्रं कर्णेभिः श्रृणुयाम ..... इति मन्त्रं पूरयत ।**

८. **द्यौः शान्तिरन्तरिक्ष ...... इति मन्त्रः कस्मिन् कर्मणि प्रयुज्यते ?**

९. **अभयशब्दस्य कोऽर्थः ?**

१०. **उपयुक्तेषु कथनेषु (√) एतद् चिह्नम् देयम्**

(क) यजुर्वेदीय स्वस्तिवाचने द्वादश मन्त्राः प्रदर्शिताः सन्ति ।

(ख) एषां मन्त्राणां पाठात् श्रवणाच्च सुशान्तिर्भवति ।

(ग) विद्यारम्भे विवाहे च मङ्गलाचरणं नैव कर्तव्यम् ।

(घ) 'शुक्लाम्बरधरो देवो विष्णुर्वर्तते ।

(ङ) सर्वविघ्नोपशान्तये गणेशदेवः पूज्यते ।

११. **शब्दार्थान् लिखत**

गजकर्णकः, भालचन्द्रः, सुरासुरैः, जायते, 'शृणुयात् ।

पाठः २

पुण्याहवाचनम्

ब्राह्मणद्वारा तोकिएका मन्त्रहरू पढेर गरिने कर्मलाई पुण्याहवाचन भन्दछन् । यसमा ब्राह्मणलाई चन्दन, अक्षता, फुल, दुबो, सुपारी, द्रव्य, वस्त्र आदि जे दिन सकिन्छ त्यो दिइन्छ र मन्त्र पढिन्छ । पुण्याहवाचनपछि ब्राह्मणबाट प्रसाद लगाई कर्ताले आशीर्वाद लिन्छ । पुण्याहवाचनबाट पुण्य, स्वस्ति, ऋद्धि, वृद्धि, कल्याण, शान्ति र श्री (ऐश्वर्य) प्राप्ति हुन्छ ।

गन्धपुष्पाक्षतताम्बूलपूगीफलद्रव्यवस्त्रादिभिस्त्रींश्चतुरः पञ्च वा ब्राह्मणान् संपूज्य फलादिकं गृहीत्वा

हरिः ॐ तत्सत् ३, ॐ विष्णुः ३, पूर्वसङ्कल्पसिद्धिरस्तु (अमुक) गोत्रस्य (अमुक) प्रवरस्य (अमुक) शर्मणो मम अभीष्टफलावाप्तये करिष्यमाण (अमुक) कर्मणि मम गृहे अस्यां यज्ञशालायाञ्च भो ब्राह्मणाः ! ॐ पुण्याहं भवन्तो ब्रुवन्तु ३ । इति त्रिवारं पठेत् । ब्राह्मणाश्च ॐ पुण्याहम् ३ । इति त्रिः प्रतिवचनं ब्रूयुः ।

ॐ पुनन्तु मा देवजनाः पुनन्तु मनसा धियः ।
पुनन्तु विश्वा भूतानि जातवेदः पुनीहि मा ।

पुनः पूर्ववत् ॐ अद्येहेत्याद्युच्चार्य - भो ब्राह्मणाः ! ॐ स्वस्ति भवन्तो ब्रुवन्तु ३ । इति त्रिः श्रावयेत् । ॐ स्वस्ति ३ । इति त्रिः प्रतिवचनम् ।

ॐ स्वस्ति नऽइन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ।
स्वस्ति नस्तार्क्ष्योऽअरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥

शिक्षकनिर्देशनम्

पाठस्थान् स्तोत्रान् सस्वरं वाचयित्वा शिष्यान् श्रावयत । छात्रान् च सस्वरवाचनाय प्रेरयत । यदि छात्रैः वाचितं स्तोत्रमशुद्धं, गतियतिलयाद् भिन्नमस्ति चेद् तर्हि बारम्बारं शुद्धोच्चारणे गतियतिलयमेलने च प्रयत्नो विधेयः ।

पुन: पूर्ववत् ॐ अद्येहेत्याद्युच्चार्य - भो ब्राह्मणा: ! ॐ ऋद्धिं भवन्तो ब्रुवन्तु ३ । इति त्रि: श्रावयेत् । ॐ ऋद्धि: ३ । इति त्रि: प्रतिवचनम् ।

ॐ सत्रस्य ऋद्धिरस्यगन्म ज्योतिरमृताऽअभूम ।

दिवं पृथिव्याऽअध्यारुहामा विदाम देवान्त्स्वज्ज्योति: ॥

पुन: पूर्ववत् ॐ अद्येहेत्याद्युच्चार्य - भो ब्राह्मणा: ! ॐ वृद्धिं भवन्तो ब्रुवन्तु ३ । इति त्रि: श्रावयेत् । ॐ वृद्धि: ३ । इति त्रि: प्रतिवचनम् ।

ॐ ज्यैष्ठ्यं च मऽआधिपत्यं च मे मन्युश्च मे भामश्च मे मश्च मेभ्भश्च मे जेमा च मे महिमा च मे वरिमा च मे प्रथिमा च मे वर्षिमा च मे द्राघिमा च मे वृद्धं च मे वृद्धिश्च मे यज्ञेन कल्पन्ताम् ॥

पुन: पूर्ववत् ॐ अद्येहेत्याद्युच्चार्य - भो ब्राह्मणा: ! ॐ कल्याणं भवन्तो ब्रुवन्तु ३ । इति त्रि: श्रावयेत् । ॐ कल्याणम् ३ । इति त्रि: प्रतिवचनम् ।

ॐ यथेमां वाचं कल्याणीमावदानि जनेभ्य: । ब्रह्मराजन्याभ्याꣳशूद्राय चार्याय च स्वायच चारणाय च । प्रियो देवानां दक्षिणायै दातुरिह भूयासमयम्मे काम: समृद्ध्यतामुपमादो नमतु ।

पुन: पूर्ववत् अद्येहेत्याद्युच्चार्य भो ब्राह्मणा: ! शान्तिं भवन्तो ब्रुवन्तु । इति त्रि: । ॐ शान्ति: । इति त्रि: प्रतिवचनम् ।

ॐ द्यौ: शान्तिरन्तरिक्ष ꣳशान्ति: पृथिवी शान्तिराप: शान्तिरोषधय: शान्ति: वनस्पतय: शान्तिर्विश्वेदेवा: शान्तिर्ब्रह्मशान्ति सर्व ꣳशान्ति: शान्तिरेव शान्ति: सा मा शान्तिरेधि ॥

पुन: पूर्ववत् अद्येहेत्याद्युच्चार्य भो ब्राह्मणा: ! श्रियं भवन्तो ब्रुवन्तु । इति त्रि: । ॐ श्री: । इति त्रि: प्रतिवचनम् ।

ॐ मनस: काममाकूतिं वाच: सत्यमशीय ।

पशूनाꣳरूपमन्नस्य रसो यश: श्री: श्रयताम् ॥

॥ इति पुण्याहवाचनम् ॥

शब्दार्थाः

ऋद्धिः	=	ऐश्वर्य	वृद्धिः	=	बढ्ने काम
श्रीः	=	लक्ष्मी, धन सम्पत्ति	उच्चार्य	=	उच्चारण गरेर
प्रतिवचनम्	=	प्रत्युत्तर	ताम्बूलम्	=	पान
पूगीफलम्	=	सुपारी	द्रव्यम्	=	पैसा
गृहीत्वा	=	लिएर	श्रावयेत्	=	सुनाओस्
सम्पूज्य	=	पूजा गरेर	हस्ते	=	हातमा
वाचनम्	=	वाचन गर्नु, पढ्नु	पुनन्तु	=	पवित्र गरून्
मम	=	मेरो	भूतानि	=	प्राणीहरू

अभ्यासः

१. कस्मै प्रयोजनाय पुण्याहवाचनं क्रियते ?

२. पुण्याहवाचने कति मन्त्राः निर्दिष्टाः सन्ति ?

३. पुण्याहवाचनमन्त्राणां प्रतीकमात्रं लिखत ।

४. ॐ पुनन्तु मा देवजनाः .... इति मन्त्रं पूरयत ।

५. पुण्याहवाचनमन्त्रान् सखिभिः सह सस्वरं वाचयत ।

६. पुण्याहवाचनस्याद्यन्तौ मन्त्रौ विलिख्य शिक्षकं प्रदर्शयत ।

विधा	पूजाविधिः

पाठः ३

पञ्चायतनपूजा

वैदिक सनातन हिन्दु धर्ममा प्रत्येक बिहान पञ्चायतन देवता अर्थात् गणेश, सूर्य, देवी, शिव र विष्णुलाई पूजा गर्ने परम्परा एवम् शास्त्रीय विधान छ । यसका लागि कुन पञ्चायतन पूजा गर्ने भन्ने कुराको जानकारी हुनुपर्छ । यसमा आफ्नो कुल परम्परा र आफ्नो इच्छाले विशेष भूमिका खेल्छ । आफूले चाहेका पञ्चायतन देवताको क्रमअनुसार स्थापना गर्नुपर्दछ । अन्यथा हानि हुन सक्छ । यज्ञ, देवपूजा, सत्सङ्ग, कथा प्रवचन र दान यी जीवनका अमूल्य निधि हुन् । यसर्थ नित्य पञ्चायतन पूजाले मानिसलाई सधैँ उन्नतिको शिखरतिर लैजान्छ । यो मोक्ष प्राप्त गर्न सहायक सिद्ध बन्छ ।

पञ्चायतन-देवतास्थापनक्रमः

(क) विष्णुपञ्चायतनम्

यदा तु मध्ये गोविन्दमैशान्यां शङ्करं यजेत्
आग्नेय्यां गणनाथं च नैर्ऋत्यां तपनं तथा ॥
वायव्यामम्बिकाञ्चैव यजेन्नित्यं समाहितः ॥ - आह्निकः

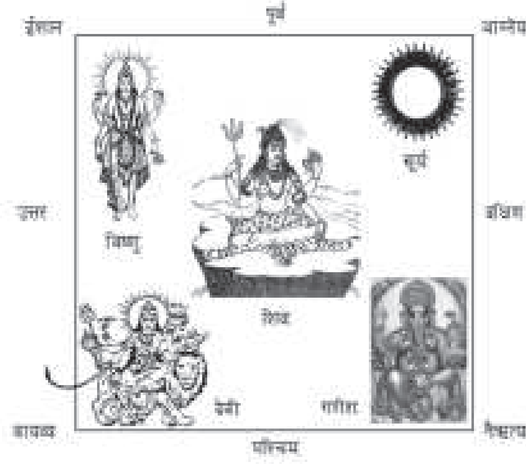


शिक्षकनिर्देशनम्

पञ्चायतनपूजायाः महत्त्वम् आवश्यकं च प्रदर्श्य सदा नित्यकर्मपालनाय छात्रान् प्रेरयत । देवस्तुतिश्लोकान् सङ्कलय्य सस्वरवाचनाय च प्रेरयत ।

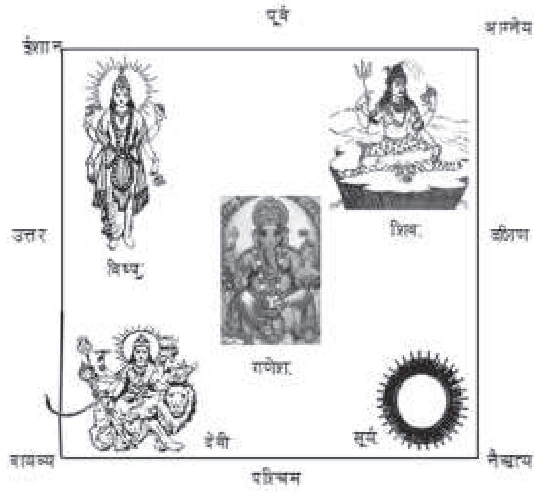
(ख) **शिवपञ्चायतनम्**

यदा तु शङ्करं मध्ये ऐशान्यां श्रीपतिं यजेत् ।
आग्नेय्यां च तथा हंसं नैर्ऋत्यां पार्वतीसुतम् ॥
वायव्यां च सदा पूज्या भवानी भक्तवत्सला ॥ - आह्निक:



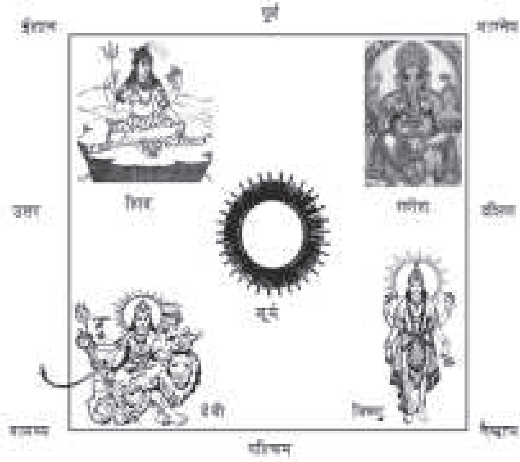
(ग) **गणेशपञ्चायतनम्**

हेरम्बं तु यदा मध्ये ऐशान्यामच्युतं यजेत् ।
आग्नेय्यां पञ्चवक्त्रं तु नैर्ऋत्यां द्युमणिं यजेत् ॥
वायव्यामम्बिकाञ्चैव यजेन्नित्यमतन्द्रित: ॥ - आह्निक:



(घ) **सूर्यपञ्चायतनम्**

सहस्रांशुर्यदा मध्ये ऐशान्यां पार्वतीपतिम् ।
आग्नेयामेकदन्तं च नैर्ऋत्यामच्युतं तथा ॥
वायव्यां पूजयेद्देवीं भोगमोक्षैकभूमिकाम् ॥ - आह्निकः



(ङ) **देवीपञ्चायतनम्**

भवानीं तु यदा मध्ये ऐशान्यां माधवं यजेत् ।
आग्नेय्यां पार्वतीनाथं नैर्ऋत्यां गणनायकम् ॥
प्रद्योतनं तु वायव्यामाचार्यस्तु प्रपूजयेत् ॥ - आह्निकः



शौच, स्नान र सन्ध्यादि समाप्त गरेर शुद्ध वस्त्र लगाई पूजा स्थानमा आएर पवित्रासनमा बस्नुपर्छ । त्यसपछि आचनमनपूर्वक पवित्र धारण गरी अर्घ्यस्थापन गर्नुपर्छ । दियो बालेर चन्दन, अक्षता फलफुल आदिले दीप, कलश र गणेशको पूजा गर्नुपर्छ । त्यसपछि क्रमशः पञ्चायतन देवताको यथाविधि पूजा गर्नुपर्छ । पूजाका क्रममा ध्यान, आवाहन, आसन, पाद्य, अर्घ्य, आचमन, स्नान, पञ्चामृत, गन्धोदक, शुद्धोदक, वस्त्र, यज्ञोपवीत, चन्दन पुष्प- पुष्पमाला, तुलसीदल (विष्णुलाई), शिवलाई (बेलपत्र), धूप, दीप, नैवेद्य आचमन, ऋतुफल, ताम्बूल, दक्षिणा (भेटी), नीराजन, प्रदक्षिणा, मन्त्रपुष्पाञ्जलि, नमस्कार, अर्घ्य निवेदन, शङ्ख भ्रामण (विष्णुलाई), क्षमापन, चरणामृतपान गर्नुपर्छ । उल्लिखित तरिकाले पूजोपचार गर्नेले मन्त्रपूर्वक तथा नसक्नेले भावपरक वा अमन्त्रक भए पनि पूजा गर्ने गर्नुपर्छ ।

पूजोपचार विभिन्न छन्, जस्तै : पञ्चोपचारका सामग्रीमा गन्ध, पुष्प, धूप, दीप र नैवेद्य पर्दछन् । दशोपचारका सामग्रीमा पाद्य, अर्घ्य, आचमन, स्नान, वस्त्र, गन्ध, पुष्प, धूप, दीप र नैवेद्य पर्दछन् । साथै षोडशोपचारका सामग्रीमा पाद्य, अर्घ्य, आचमन, स्नान, वस्त्र, यज्ञोपवीत, आभूषण, गन्ध, पुष्प, धूप, दीप, नैवेद्य, आचमन, ताम्बूल, प्रदक्षिणा र आरती पुष्पाञ्जलि पर्दछन् । यसबाहेक अरू धेरै उपचार सामग्रीले पनि पूजा गर्न सकिन्छ ।

तत्रादौ शौचस्नानसन्ध्यादिकं कुर्यात् । ततः शुद्धवस्त्रं परिधाय पूजास्थानमागत्य पवित्राऽसने वसेत् । आसने उपविश्य पवित्रधारणं कृत्वा दीपं प्रज्वाल्य, आचम्य, कर्मपात्रं निर्माय, अर्घ्यस्थापनं कृत्वा गन्धाक्षतपुष्पादिभिः दीपं, कलशं च यथाविधि सम्पूजयेत् । ततः पञ्चोपचारैः, दशोपचारैः षोडशोपचारैः वा स्वपञ्चायतनं क्रमानुसारेण पूजयेत् ।

पञ्चायतन-पूजाविधिः

तत्रादौ ध्यानम् -

विष्णोर्ध्यानम् -

शान्ताकारं भुजगशयनं पद्मनाभं सुरेशम्,

विश्वाधारं गगनसदृशं मेघवर्णं शुभाङ्गम् ।

लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योगिभिर्ध्यानगम्यम्,

वन्दे विष्णुं भवभयहरं सर्वलोकैकनाथम् ॥

ध्यानं समर्पयामि ॐ विष्णवे नमः ॥

शिवस्य ध्यानम् –

ध्यायेन्नित्यं महेशं रजतगिरिनिभं चारुचन्द्रावतंसम्,

रत्नाकल्पोज्ज्वलाङ्गं परशुमृगवराभीतिहस्तं प्रसन्नम् ।

पद्मासीनं समन्तात् स्तुतममरगणैर्व्याघ्रकृत्तिं वसानम्,

विश्वाद्यं विश्ववन्द्यं निखिलभयहरं पञ्चवक्त्रं त्रिनेत्रम् ॥

ध्यानं समर्पयामि ॐ शिवाय नमः ।

गणेशस्य ध्यानम् –

गजाननं भूतगणाधिसेवितं कपित्थ-जम्बूफल-चारुभक्षणम् ।

उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ॥

ध्यानं समर्पयामि ॐ श्रीगणपतये नमः ।

दुर्गायाः ध्यानम् –

विद्युद्दामसमप्रभां मृगपतिस्कन्धस्थितां भीषणाम्,

कन्याभिः करवालखेटविलसद्धस्ताभिरासेविताम् ।

हस्तैश्चक्रगदासिखेटविशिखांश्चापं गुणं तर्जनीम्,

बिभ्राणामनलात्मिकां शशिधरां दुर्गां त्रिनेत्रां भजे ॥

ध्यानं समर्पयामि ॐ श्रीदुर्गादेव्यै नमः ।

सूर्यस्य ध्यानम् –

नमः सवित्रे जगदेकचक्षुषे जगत्प्रसूतिस्थितिनाशहेतवे ।

त्रयीमयाय त्रिगुणात्मधारिणे विरिञ्चिनारायणशङ्करात्मने ॥

ध्यानं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।

आवाहनम् –

ॐ सहस्रशीर्षापुरुषः सहस्राक्षः सहस्रपात् ॥

सभूमिꣳसर्व्वतस्पृत्वात्यतिष्ठद्दशाङ्गुलम् ॥

आगच्छन्तु सुरश्रेष्ठा भवन्त्वत्र स्थिरासने ।

यावत् पूजां करिष्यामि तावत् तिष्ठन्तु सन्निधौ ॥

ॐ विष्णेव नमः, आवाहनं समर्पयामि ।

एवं क्रमेण ॐ शिवाय नमः, आवाहनं समर्पयामि ।

ॐ गणेशाय नमः, आवाहनं समर्पयामि ।

ॐ सूर्याय नमः, आवाहनं समर्पयामि ।

ॐ दुर्गायै नमः, आवाहनं समर्पयामि ।

आसनम् –

ॐ पुरुषऽएवेदꣳसर्वँ्व्यद्द्भूतँ्यच्चभाव्यम् ॥

उतामृतत्वस्येशानोयदन्नेनातिरोहति ॥

अनेकरत्नसंयुक्तं नानामणिगणान्वितम् ।

कार्तस्वरमयं दिव्यमासनं प्रतिगृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः । आसनं समर्पयामि । एवं क्रमेण ॐ शिवाय नमः ।
ॐ गणेशाय नमः । .. इति पूजयेत् ।

पाद्यम् –

ॐ एतावानस्यमहिमातोज्ज्यायाँश्च्चपूरुषः ॥

पादोस्यविश्श्वाभूतानित्रिपादस्यामृतन्दिवि ॥

गङ्गादिसर्वतीर्थेभ्य आनीतं तोयमुत्तमम् ।

पाद्यार्थं सम्प्रदास्यामि गृह्णन्तु परमेश्वराः ॥

ॐ विष्णवे नमः, पाद्यं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

अर्घ्यम् –

ॐ त्रिपादूर्ध्वऽउदैत्पुरुषः पादोस्येहाभवत्पुनः ॥

ततोविष्ष्वङ्व्यक्क्रामत्साशनानशनेऽअभि ॥

गन्धपुष्पाक्षतैर्युक्तमर्घ्यं सम्पादितं मया ।

गृह्णन्त्वर्घ्यं महादेवाः प्रसन्नाश्च भवन्तु मे ॥

ॐ विष्णवे नमः, अर्घ्यं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

आचमनम् –

ॐ ततोविराडजायतविराजोऽअधिपूरुषः ॥

सजातोऽअत्यरिच्च्यतपश्च्चाद्‌भूमिमथोपुरः ॥

कर्पूरेण सुगन्धेन वासितं स्वादु शीतलम्

तोयमाचमनीयार्थं गृह्णन्तु परमेश्वराः ॥

ॐ विष्णवे नमः, आचमनीयं जलं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

स्नानम् –

ॐ तस्म्माद्यज्ज्ञात्सर्व्वहुतꣳसम्भृतम्पृषदाज्ज्यम् ॥
पशूँस्ताँश्च्चक्क्रेव्वायव्व्यान्नारण्ण्यागग्राम्म्याश्च्चये ॥

मन्दाकिन्याः समानीतैः कर्पूरागुरुवासितैः ।
स्नानं कुर्वन्तु देवेशा जलैरेभिः सुगन्धिभिः ॥

ॐ विष्णवे नमः, स्नानीयं जलं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

आचमनम् -

स्नानान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

पञ्चामृतस्नानम् –

पयो दधि घृतं चैव मधु च शर्करान्वितम् ।
पञ्चामृतं मयाऽऽनीतं स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ॥

ॐ पञ्चनद्यः सरस्वतीमपि यन्ति सस्रोतसः ।
सरस्वती तु पञ्चधा सो देशेऽभवत्सरित् ॥

ॐ विष्णवे नमः, पञ्चामृतस्नानं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

गन्धोदकस्नानम् –

ॐ गन्धद्वारां दुराधर्षां नित्यपुष्टां करीषिणीम् ।
ईश्वरीं सर्वभूतानां तामिहोपह्वये श्रियम् ॥

मलयाचलसम्भूतं चन्दनेन विमिश्रितम् ।
इदं गन्धोदकस्नानं कुङ्कुमाक्तं तु गृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, गन्धोदकं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

शुद्धोदकस्नानम् –

मलयाचलसम्भूतं चन्दनाऽगरुमिश्रितम् ।

सलिलं देवदेवेश ! शुद्धस्नानाय गृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

आचमनम् -

शुद्धोदकस्नानान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

वस्त्रम् –

ॐ तस्म्माद्यज्ञात्सर्व्वहुतऽऋचःसामानिजज्ञिरे ॥

छन्दाᳪसिजज्ञिरेतस्म्माद्यजुस्तस्म्मादजायत ॥

शीतवातोष्णसंत्राणे लोकलज्जानिवारणे ।

देहालङ्करणे वस्त्रे भवद्भ्यो वाससी शुभे ॥

ॐ विष्णवे नमः, वस्त्रमुपवस्त्रं च समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

आचमनम् -

वस्त्रोपवस्त्रान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

यज्ञोपवीतम् –

ॐ तस्म्मादश्श्वाऽअजायन्तयेकेचोभयादतः ॥

गावोहजज्ञिरेतस्म्मात्तस्म्माज्जाताऽअजावयः ॥

नवभिस्तन्तुभिर्युक्तं त्रिगुणं देवतामयम् ।

उपवीतं मया दत्तं गृह्णन्तु परमेश्वराः ॥

ॐ विष्णवे नमः, यज्ञोपवीतं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

आचमनम् -

यज्ञोपवीतान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

चन्दनम् -

ॐ तँ॒य्य॒ज्ज्ञम्ब॒र्हिषि॒प्प्रौक्ष॒न्न्पुरुषञ्जा॒तऽम॑ग्ग्रत॒ः ॥

तेनदे॒वाऽअ॑यजन्तसा॒द्ध्याऽऋ॒षय॑श्च्चये ॥

श्रीखण्डं चन्दनं दिव्यं गन्धाढ्यं सुमनोहरम् ।

विलेपनं सुरश्रेष्ठ चन्दनं प्रतिगृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, चन्दनानुलेपनं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

पुष्पाणि पुष्पमाला च -

ॐ यत्पुरु॑षं॒व्व्यद॑धु॒ᳪकति॒धाव्व्य॑कल्प्पयन् ॥

मुख॒ङ्किम॑स्यासी॒त्किम्बा॒हूकिमू॒रूपादा॑ऽउच्च्येते ॥

ॐ श्रीश्च्चते॑लक्ष्मीश्च्च॒पत्क्न्या॑वहोरा॒त्त्रेपा॒र्श्वेनक्क्ष॑त्राणिरू॒पम॒श्श्विन्नौ॒व्व्यात्त॑म्
॥ इ॒ष्णन्नि॑षाणा॒मुम्म॑ऽइषाणसर्व्वलो॒कम्म॑ऽइषाण ॥

माल्यादीनि सुगन्धीनि मालत्यादीनि भक्तितः ।

मयाऽऽहृतानि पुष्पाणि पूजार्थं प्रतिगृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, पुष्पाणि (पुष्पमालाम्) समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

तुलसीपत्रम् -

तुलसीं हेमरूपां च रत्नरूपां च मञ्जरीम् ।

भवमोक्षप्रदां रम्यामर्पयामि हरिप्रियाम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, तुलसीपत्रं मञ्जरीं च समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

धूपः –

ॐ ब्राह्मणोऽस्य मुखमासीद्बाहू राजन्यः कृतः ।

ऊरू तदस्य यद्वैश्यः पद्भ्याँ शूद्रो अजायत ॥

वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्ध उत्तमः ।

आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, धूपमाघ्रापयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

दीपः –

ॐ चन्द्रमा मनसो जातश्चक्षोः सूर्यो अजायत ।

श्रोत्राद्वायुश्च प्राणश्च मुखादग्निरजायत ॥

साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया ।

दीपं गृह्णन्तु देवेशास्त्रैलोक्यतिमिरापहम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, दीपं दर्शयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

नैवेद्यम् –

ॐ नाभ्या आसीदन्तरिक्षँ शीर्ष्णो द्यौः समवर्त्तत ।

पद्भ्यां भूमिर्दिशः श्रोत्रात्तथा लोकाँ२ अकल्पयन् ॥

शर्कराखण्डखाद्यानि दधिक्षीरघृतानि च ।

आहारं भक्ष्यभोज्यं च नैवेद्यं प्रतिगृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, नैवेद्यं निवेदयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

नैवेद्यान्ते ध्यानं समर्पयामि ।

उत्तरापोऽशनार्थं हस्तप्रक्षालनार्थं मुखप्रक्षालनार्थं च जलं समर्पयामि ।

आचमनीयम् -

ॐ यत्पुरुषंव्व्यदधुःकतिधाव्व्यकल्पयन् ॥

मुखङ्किमस्यासीत्किम्बाहूकिमूरूपादाऽउच्च्येते ॥

ॐ विष्णवे नमः, आचमनीयम् समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

ऋतुफलम् -

इदं फलं मया देव स्थापितं पुरतस्तव ।

तेन मे सफलावाप्तिर्भवेज्जन्मनि जन्मनि ॥

ॐ विष्णवे नमः, ऋतुफलानि समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

ताम्बूलम् -

ॐ यत्पुरुषेणहविषादेवायज्ञमतन्वत ॥

व्वसन्तोऽस्यासीदाज्ज्यङ्ग्रीष्म्मऽइद्ध्मःशरद्धविः ॥

पूगीफलं महद् दिव्यं नागवल्लीदलैर्युतम् ।

एलालवङ्गसंयुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ॥

ॐ विष्णवे नमः, मुखवासार्थे ताम्बूलं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

दक्षिणाम् -

ॐ हिरण्यगर्भः समवर्तताग्रे भूतस्य जातः पतिरेकऽआसीत् ।

सदाधार पृथिवीन्द्यामुतेमाङ्कस्मै देवाय हविषा विधेम ॥

हिरण्यगर्भगर्भस्थं हेमबीजं विभावसोः ।

अनन्तपुण्यफलदमतः शान्तिं प्रयच्छ मे ॥

ॐ विष्णवे नमः, दक्षिणां समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

नीराजनम् –

ॐ अग्निर्ज्ज्योतिर्ज्ज्योतिरग्निः स्वाहा सूर्य्योज्ज्योतिर्ज्ज्योतिः सूर्य्यः स्वाहा ।

अग्निर्वर्चोज्ज्योतिर्वर्चः स्वाहा सूर्य्योवर्चोज्ज्योतिर्वर्चः स्वाहा ॥

ज्ज्योतिः सूर्य्यः सूर्य्योज्ज्योतिः स्वाहा ॥

कदलीगर्भसम्भूतं कर्पूरं तु प्रदीपितम् ।

आरार्तिकमहं कुर्वे पश्य मे वरदो भव ॥

ॐ विष्णवे नमः, आरार्तिक्यं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

प्रदक्षिणाम् –

ॐ स॒प्तास्या॑सन्परि॒धय॒स्त्रिःस॒प्तस॒मिध॑÷कृ॒ताः ॥

दे॒वाय॒द्य॒ज्ञन्त॑न्न्वा॒नाऽअब॑द्ध्न॒न्न्पुरु॑षम्प॒शुम् ॥

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।

तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणपदे पदे ॥

ॐ विष्णवे नमः, प्रदक्षिणां समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

मन्त्रपुष्पाञ्जलिः –

ॐ य॒ज्ञेन॑य॒ज्ञम॑यजन्तदे॒वास्तानि॒धर्म्माणि॒प्प्रथ॒मान्न्या॑सन् ॥

तेह॒नाक॑म्महि॒मान॑÷सचन्त॒यत्र॒पूर्व्वेसा॒द्ध्याःसन्ति॑दे॒वाः ॥

श्रद्धया सिक्तया भक्त्या हार्दप्रेम्णा समर्पितः ।

मन्त्रपुष्पाञ्जलिश्चायं कृपया प्रतिगृह्यताम् ॥

नाना सुगन्धिपुष्पाणि यथाकालोद्भवानि च ।

पुष्पाञ्जलिर्मया दत्तः गृहाण परमेश्वर ॥

ॐ विष्णवे नमः, मन्त्रपुष्पाञ्जलिं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

नमस्कारः –

नमोऽस्त्वनन्ताय सहस्रमूर्तये सहस्रपादाक्षिशिरोरुबाहवे ।

सहस्रनाम्ने पुरुषाय शाश्वते सहस्रकोटीयुगधारिणे नमः ॥

ॐ विष्णवे नमः, प्रार्थनापूर्वकं नमस्कारान् समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

अर्घ्यनिवेदनम् –

गन्धपुष्पाक्षतैर्युक्तमर्घ्यं सम्पादितं मया ।

गृह्णन्त्वर्घ्यं महादेवाः प्रसन्नाश्च भवन्तु मे ॥

वरदस्त्वं वरं देहि वाञ्छितं वाञ्छितार्थद ।

अनेन सफलार्घ्येण फलदोऽस्तु सदा मम ॥

ॐ विष्णवे नमः अर्घ्यजलं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

शङ्ख-जलनिवेदनम् -

शङ्खमध्ये स्थितं तोयं भ्रामितं केशवोपरि ।

अङ्गलग्नं मनुष्याणां ब्रह्महत्यां व्यपोहति ॥

ॐ विष्णवे नमः शङ्खजलं समर्पयामि । एवं ॐ शिवाय ० ।

क्षमापनम् –

मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं जनार्दन ।

यत्पूजितं मया देव परिपूर्णं तदस्तु मे ॥

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।

पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वर ॥

अन्यथा शरणं नास्ति त्वमेव शरणं मम ।

तस्मात् कारुण्यभावेन रक्ष मां परमेश्वर ॥ इति ।

ॐ तत्सद् ब्रह्मार्पणमस्तु ।

ॐ विष्णवे नमः, ॐ विष्णवे नमः, ॐ विष्णवे नमः ।

चरणामृतपानम् –

अकालमृत्युहरणं सर्वव्याधिविनाशनम् ।

विष्णुपादोदकं पीत्वा पुनर्जन्म न विद्यते ॥

॥ इति पञ्चायतनपूजाविधिः ॥

शब्दार्थाः

शान्ताकारम्	= सौम्यमूर्ति भएका	भुजगशयनम्	= सर्पमाथि सुतेका
पद्मनाभम्	= नाभिमा कमल भएका	विश्वाधारम्	= संसारलाई धारण गर्ने
गगनसदृशम्	= आकाश जस्तै	मेघवर्णम्	= मेघको जस्तो वर्ण भएका
लक्ष्मीकान्तम्	= लक्ष्मीका पति भएका	कमलनयनम्	= कमलजस्ता आँखा भएका
योगिभिः	= महात्माहरूले	ध्यानगम्यम्	= दिव्यदृष्टिद्वारा जानिने
भवभयहरम्	= संसारको त्रासलाई नाश गर्ने		
सर्वलोकैकनाथम्	= सम्पूर्ण लोकमा एकमात्र मालिक भएका		
विष्णुम्	= विष्णुलाई	वन्दे	= नमस्कार वा वन्दना गर्दछु
रजतम्	= चाँदी	निभम्	= कान्ति, आभा
चारु	= सुन्दर	अवतंसम्	= गहना
व्याघ्रकृत्तिम्	= बाघको छाला	वसानम्	= पहिरन भएका
निखिलम्	= सम्पूर्ण	वक्त्रम्	= मुख
ललितम्	= सुन्दर	अभिवन्दे	= नमस्कार गर्दछु
अनलात्मिकाम्	= अग्निको जस्तो तेज भएकी	त्रयीमयाय	= वेदमय भएका
सवित्रे	= सूर्यलाई	आनीतम्	= ल्याइएको
तोयम्	= पानी	गृह्णन्तु	= ग्रहण गर्नुहोस्, लिनुहोस्
निवारणम्	= हटाउनु	नवभिः	= नौ ओटा
तन्तुभिः	= तन्तु, धागो, डोरीले	विलेपनम्	= लगाउनु, लेपन गर्नु
तिमिरम्	= अन्धकार	नागवल्ली	= पानको पात
लवङ्गम्	= ल्वाङ	पूगीफलम्	= सुपारी
एला	= अलैंची		

अभ्यासः

१. **शिवपञ्चायतन-देवता-स्थापनप्रकारः कः ?**

२. **विष्णोः स्वरूपं कीदृशं वर्णितमस्ति ?**

३. **कीदृशं गणेशमभिवन्दनीयम् ?**

४. **मृगपतिस्कन्धस्थिता का ? सा हस्तैः किं किं धारयति ?**

५. **सूर्यस्य ध्यानमन्त्रं विलिखत।**

६. **पञ्चायतनदेवानां वैपरीत्यस्थापनेन किं भवति ?**

७. **के ते पञ्चायतनदेवाः ?**

८. **केशवोपरि शङ्खजलनिवेदनेन को लाभः ?**

९. **विष्णुपादोदकपानेन किं किं भवति ?**

१०. **निम्नलिखितानि पदानि प्रयुज्य वाक्यानि रचयत**

शाश्वतम्, व्यपोहति, पीत्वा, साज्यम्, विलेपनम्।

११. **रिक्तस्थानं पूरयत**

तुलसीं .... रत्नरूपां च ....।

.... रम्यां .... हरिप्रियाम्॥

पाठः ४

ब्रह्म-देव-पितृ-भूत-मनुष्ययज्ञाः

धर्मशास्त्र सम्मत धार्मिक कार्य भगवान्को पूजाको एक विधि हो । यस्ता कार्यले मानवलाई कल्याण गर्दछ । त्यसैले वेदादि सम्पूर्ण शास्त्रमा नित्य र नैमित्तिक कर्मलाई मानवका लागि ठुलो धर्म र कर्तव्य भनिएको छ । अतः मानव जीवनको सफलताका लागि नित्यकर्म नियमित रूपले गर्नुपर्दछ । यी कर्ममध्ये पञ्चमहायज्ञलाई पनि लिइन्छ । ब्रह्मयज्ञ, देवयज्ञ, पितृयज्ञ, भूतयज्ञ, अतिथि (मनुष्य) यज्ञलाई पञ्चमहायज्ञ भन्दछन् ।

पञ्चमहायज्ञाः

वैदिकसनातनधर्मावलम्बिनां कृते धर्मशास्त्रसम्मितानि विविधानि कार्याणि निर्दिष्टानि सन्ति । तेषां सम्यक् अनुष्ठानेन मानवजीवनं धन्यं श्रेयस्करं च भवति । स्वधर्मानुष्ठानमेव सर्वशक्तिमतः परमेश्वरस्य महती पूजा मन्यते । मानवः स्वकर्मणा परमेश्वरमभ्यर्च्य सिद्धिं विन्दतीति गीतायामपि भगवता श्रीकृष्णेन उक्तमस्ति । यथा -

"स्वकर्मणा तमभ्यर्च्य सिद्धिं विन्दति मानवः ॥"

वेदादि-सकल-धर्मशास्त्रेषु मानवानां कृते नित्य-नैमित्तिकानि कर्माणि प्रदर्शितानि सन्ति । तेषां यथाविधि पालनमेव परो धर्मः परमं कर्तव्यञ्च भवति ।

अतः मनुना गृहस्थस्य कृते पञ्चसूनाजनितदोषपरिहारार्थं निम्नाङ्कितानि कर्माणि प्रतिदिनं कर्तव्यत्वेन प्रदर्शितानि सन्ति । तानि -

"पञ्च सूना गृहस्थस्य चुल्ली पेषण्युपस्करः ।

शिक्षकनिर्देशनम्

पञ्चमहायज्ञस्य महत्त्वम् आवश्यकं च प्रदर्श्य सदा नित्यकर्मपालनाय छात्रान् प्रेरयत ।

कण्डनी चोदकुम्भश्च बध्यते यास्तु वाहयन् ॥

तासां क्रमेण सर्वासां निष्कृत्यर्थं मनीषिभिः ।

पञ्चक्लृप्ता महायज्ञाः प्रत्यहं गृहमेधिनाम् ॥

अध्ययनं ब्रह्मयज्ञः पितृयज्ञस्तु तर्पणम् ।

होमो दैवो बलिर्भौतो नृयज्ञोऽतिथि पूजनम् ॥"

पञ्चमहायज्ञाः

(**क**) **अध्ययनम्** (**ब्रह्मयज्ञः**)

भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यम्भर्गोदेवस्यधीमहि ॥ धियोयोनः प्रचोदयात् ॥

स्वाध्यायाध्ययनमेव ब्रह्मयज्ञत्वेनाभिहितम् ।

१. ॐ इषेत्त्वोर्ज्जे त्वा ..... । यजुर्वेदः

२. व्रतमुपैष्यन् .... । शतपथब्राह्मणम्

३. ॐ अग्निमीडे पुरोहितम् ..... । ऋग्वेदः

४. ॐ अग्न आयाहि वीतये .... । सामवेदः

५. ॐ शन्नो देवीरभिष्टय ..... । अथर्ववेदः

६. अथ शिक्षां प्रवक्ष्यामि - शिक्षा

७. अथातोऽधिकारः...... । कात्यायनश्रौतसूत्रम्

८. अथातो गृह्यस्थालीपाकानां कर्म ....। पारस्करगृह्यसूत्रम् ।

९. वृद्धिरादैच् - व्याकरणम्

१०. समाम्नाय समाम्नातः ...... । निरुक्तम् ।

११. धीः श्रीः स्त्रीम्..... । मयरसतजभनलगसंमितम् .... । छन्दः ।

१२. पञ्चसंवत्सरमयं युगाध्यक्षम् - ज्यौतिषम्

१३. अथातो धर्मजिज्ञासा, चोदनालक्षणाऽर्थो धर्मः - कर्ममीमांसा

१४. अथातो ब्रह्मजिज्ञासा, जन्माद्यस्य यतः - ब्रह्ममीमांसा

१५. अथ योगानुशासनम् - योगदर्शनम्

१६. नारायणं नमस्कृत्य .... - भारतम्

१७. तपः स्वाध्यायनिरतं .... रामायणम्

१८. जन्माद्यस्व यतः - पुराणम्

एवं ब्रह्मयज्ञं विधाय पाण्योर्गृहीतकुशानां कुशपवित्रस्य च उत्तरस्यां त्यागं कुर्यात् ।

(ख) **तर्पणम् – पितृयज्ञः**

१. **तर्पणविधिः**

प्रादेशमात्रमृद्धृत्य सलिलं प्राङ्मुखः सुरान् ।
उदङ् मनुष्यांस्तृप्येतु पितॄन् दक्षिणतस्तथा ॥
अग्रैस्तु तर्पयेद्देवान् मनुष्यान् कुशमध्यतः ।
पितॄस्तु कुशमूलाग्रैर्विधिः कौशी यथाक्रमम् । - दक्षस्मृतिः

२. **तर्पणेऽञ्जलिदानम् –**

एकैकमञ्जलिं देवा द्वौ द्वौ तु सनकादयः
अर्हन्ति पितरस्त्रीं स्त्रीन् स्त्रिय एकैकमञ्जलिम् ॥ - व्यासः
मातृमुख्यास्तु यास्तिस्रस्तासां त्रींस्त्रीञ्जलाञ्जलीन्
सपत्न्याचार्यपत्नीनां द्वौ द्वौ दद्याञ्जलाञ्जली ॥ - साङ्ख्यायनः

आचम्य प्राणानायम्य पवित्रं धृत्वा सङ्कल्पं कुर्यात्

हरिः ॐ तत्सत् .... इत्यादिमासपक्षान्नुल्लिख्य

.... गोत्र .... प्रवर .... अमुकवेदाध्यायी .... शर्मा (वर्मा) अहं मम श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं पञ्चसूना जनित-दोषपरिहारार्थं देवर्षीणां मनुष्याणां दिव्यपितॄणां स्वपितॄणां च तर्पणमहं करिष्ये। इति सङ्कल्य उपवीतिः प्राङ्मुखः कुशपाणिर्देव-तीर्थवर्तिना यवकुशोदकेन विश्वान् देवानावाह्य तर्पयेत् -

ॐ विश्वेदेवासऽआगत शृणुता मऽइम ॅ हवम्। एदं बर्हिर्निषीदत ॥

ॐ विश्वेदेवाः शृणुते म ॅ हवं मे येऽ अन्तरिक्षे यऽ उपद्यविष्ठः। येऽअग्निजिह्वाऽउत वा यजत्राऽआसद्यास्मिन् बर्हिषि मादयध्वम् ॥ इति मन्त्रद्वयं पठित्वा ॐ भूर्भुवः स्वः ब्रह्मादयो देवा इहागच्छन्तु इह तिष्ठन्तु।

देवतर्पणम् -

ॐ ब्रह्मा तृप्यताम्। ॐ विष्णुस्तृप्यताम्। ॐ रुद्रस्तृप्यताम्। ॐ प्रजापतिस्तृप्यताम्।
ॐ देवास्तृप्यन्ताम्। ॐ छन्दांसि तृप्यन्ताम्। ॐ वेदास्तृप्यन्ताम्। ॐ ऋषयस्तृप्यन्ताम्।
ॐ पुराणाचार्यास्तृप्यन्ताम्। ॐ गन्धर्वास्तृप्यन्ताम्। ॐ इतराचार्यास्तृप्यन्ताम्।
ॐ संवत्सरः सावयवस्तृप्यताम्। ॐ देवास्तृप्यन्ताम्। ॐ अप्सरसस्तृप्यन्ताम्।
ॐ देवानुगास्तृप्यन्ताम्। ॐ नागास्तृप्यन्ताम्। ॐ सागरास्तृप्यन्ताम्।
ॐ पर्वतास्तृप्यन्ताम्। ॐ सरितस्तृप्यन्ताम्। ॐ मनुष्यास्तृप्यन्ताम्।
ॐ यक्षास्तृप्यन्ताम्। ॐ रक्षांसि तृप्यन्ताम्। ॐ पिशाचास्तृप्यन्ताम्।
ॐ सुपर्णास्तृप्यन्ताम्। ॐ भूतानि तृप्यन्ताम्। ॐ पशवस्तृप्यन्ताम्।
ॐ वनस्पतयस्तृप्यन्ताम्। ॐ ओषधयस्तृप्यन्ताम्। ॐ भूतग्रामश्चतुर्विधस्तृप्यताम्।

ऋषितर्पणम्

ॐ मरीचिस्तृप्यताम्। ॐ अत्रिस्तृप्यताम्। ॐ अङ्गिरास्तृप्यताम्।
ॐ पुलस्त्यस्तृप्यताम्। ॐ पुलहस्तृप्यताम्। ॐ क्रतुस्तृप्यताम्। ॐ वसिष्ठस्तृप्यताम्।
ॐ प्रचेतास्तृप्यताम्। ॐ भृगुस्तृप्यताम्। ॐ नारदस्तृप्यताम्।

॥ इति देवर्षितर्पणम् ॥

"निवीती हन्तकारेण मनुष्यांस्तर्पयेदथ ॥" - वाचस्पतिः

अथ मनुष्यतर्पणम् -

कण्ठे सूत्रं कृत्वा निवीती उदङ्मुख कायतीर्थवर्तिना सकुशोदकेनाञ्जलौ तिरश्च कुशान् कृत्वा मनुष्याँस्तर्पयेत् -

ॐ भूर्भुवः स्वः सनकादयः सप्तमनुष्या इहागच्छन्तु इह तिष्ठन्तु गृह्णन्त्वेताञ्जलाञ्जलीन् । ॐ सनकस्तृप्यताम् २ । ॐ सनन्दनस्तृप्यताम् २ । ॐ सनातनस्तृप्यताम् २ । ॐ कपिलस्तृप्यताम् २ । ॐ आसुरिस्तृप्यताम् २ । ॐ वोढुस्तृप्यताम् २ । ॐ पञ्चशिखस्तृप्यताम् २ ।

॥ इति मनुष्यतर्पणम् ॥

अथ दिव्यपितृतर्पणम् -

सव्यबाहुं समुद्धृत्य दक्षिणेन धृतं द्विजैः ।

प्राचीनावीतमित्युक्तं पित्र्ये कर्मणि धारयेत् ॥ - औशनस्मृतिः ।

"तिलदर्भैस्तु संयुक्तं श्रद्धया यत्प्रदीयते ।

तत्सर्वममृतं भूत्वा पितॄणामुपतिष्ठते ॥" - वायुपुराणम्

ततोऽपसव्येन प्राचीनावीती दक्षिणाभिमुखः कुशतिलाञ्जलित्रयेण पितृतीर्थेन दिव्यपितॄनावाह्य तर्पयेत् -

ॐ उशन्तस्त्वा निधिमह्युशन्तः समिधीमहि ।

उशन्नुशतऽआवह पितॄन् हविषे ऽअत्तवे ॥

ॐ आयन्तुनः पितरः सोम्यासोग्निष्वात्ताः पथिभिर्देवयानैः ।

अस्मिन्यज्ञे स्वधया मदन्तोधिब्रुवन्तु तेवन्त्वस्मान् ॥

इति मन्त्रद्वयं पठित्वा - ॐ कव्यवाडनलादयो दिव्यपितर इहागच्छन्त्विह तिष्ठन्तु गृह्वन्त्वेताञ्जलाञ्जलीन्- ॐ कव्यवाडनलस्तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्मै स्वधा नमः ३ । ॐ सोमस्तृ. ३ । ॐ यमस्तृ ३ । ॐ अर्यमा तृ. ३ । ॐ अग्निष्वाता-स्तृप्यन्तामिदं तिलोदकं तेभ्यः स्वधा नमः ३ । ॐ सोमपास्तृ. ३ । ॐ बर्हिषदस्तृ. ३ ।

॥ इति दिव्यपितृतर्पणम् ॥

यमतर्पणम्–

ॐ यमाय नमः ३ । ॐ धर्मराजाय नमः ३ । ॐ मृत्यवे नमः ३ । ॐ अन्तकाय नमः ३ । ॐ वैवस्वताय नमः ३ । ॐ कालाय नमः ३ । ॐ सर्वभूतक्षयाय नमः ३ । ॐ औदुम्बरायनमः ३ । ॐ दध्नाय नमः ३ । ॐ नीलाय नमः ३ । ॐ परमेष्ठिने नमः ३ । ॐ वृकोदरायनमः ३ । ॐ चित्राय नमः ३ । ॐ चित्रगुप्ताय नमः ३ ।

॥ इति यमतर्पणम् ॥

अथ स्वपितृतर्पणम्–

तत आगन्छन्तु मे पितर इमान् गृह्णन्त्वेताञ्जलाञ्जलीनिति पितृनावाह्य तर्पयेत्, तद्यथा -

ॐ उदीरतामवरऽउत्परासऽउन्मध्यमाः पितरः सोम्यासः ।

असुं य ईयुरवृकाऽऋतज्ञास्ते नोऽवन्तु पितरो हवेषु ॥

ॐ अद्येहामुकगोत्रोऽस्मत्पिताऽमुकशर्मा वसुस्वरूपस्तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्मै स्वधा । इति प्रथमाञ्जलिं पित्रे दद्यात् ।

ॐ अङ्गिरसो नः पितरोनवग्वाऽअथर्वाणो भृगवः सोम्यासः ।

तेषां वयꣳसुमतौ यज्ञियानामपिभद्रे सौमनसे स्याम ॥

अनेन मन्त्रेण पूर्ववद् द्वितीयाञ्जलिं पित्रे दद्यात् ।

ॐ आयन्तु नः पितरः सोम्यासोग्निष्वाताः पथिभिर्देवयानैः ।

अस्मिन्यज्ञे स्वधया मदन्तोधिब्रुवन्तु तेवन्त्वस्मान् ।

अनेन मन्त्रेण पूर्ववत् तृतीयाञ्जलिं पित्रे दद्यात् ।

ॐ ऊर्जं वहन्तीरमृतं घृतम्पयः कीलालं परिस्रुतम् । स्वधास्थ तर्पयत मे पितॄन् ।

ॐ अद्येहामुकगोत्रोऽस्मत्पितामहोऽमुकशर्मा रुद्रस्वरूपस्तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्मै स्वधा । इति पितामहाय प्रथमाञ्जलिं दद्यात् ।

ॐ पितृभ्यः स्वधायिभ्यः स्वधा नमः पितामहेभ्यः स्वधायिभ्यः स्वधा नमः

प्रपितामहेभ्यः स्वधायिभ्यः स्वधा नमः ।

अक्षन्पितरोमीमदन्त पितरोतीतृपन्त पितरः पितरः शुन्धध्वम् ॥

अनेन मन्त्रेण पितामहाय पूर्ववद् द्वितीयाञ्जलिं दद्यात् ।

ॐ ये चेह पितरो ये च नेहयांश्च विद्म याँ २ऽउ च न प्रविद्म ।

त्वं वेत्थ यति ते जातवेदः स्वधाभिर्यज्ञꣳसुकृतञ्जुषस्व ॥

अनेन मन्त्रेण पितामहाय पूर्ववत्तृतीयाञ्जलिं दद्यात् ।

ॐ मधु वाताऽऋतायते मधु क्षरन्ति सिन्धवः । माध्वीर्नः सन्त्वोषधीः ॥

ॐ अद्येहामुकगोत्रोऽस्मत् प्रपितामहोऽमुकशर्मा आदित्यस्वरूपस्तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्मै स्वधा । इति प्रपितामहाय प्रथमाञ्जलिं दद्यात् ।

ॐ मधु नक्तमुतोषसो मधुमत्पार्थिवꣳरजः । मधु द्यौरस्तु नः पिता ॥

अनेन मन्त्रेण प्रपितामहाय द्वितीयाञ्जलिं दद्यात् ।

ॐ मधुमान्नो वनस्पतिर्मधुमाँऽअस्तु सूर्यः । माध्वीर्गावो भवन्तु नः ॥

अनेन मन्त्रेण प्रपितामहाय पूर्ववत्तृतीयाञ्जलिं दद्यात् ।

ॐ आमा वाजस्य प्रसवो जगम्यादेमे द्यावापृथिवी विश्वरूपे ।

आ मा गन्तां पितरामातरा चामा सोमोऽअमृतत्वेन गम्यात् ॥

इति मन्त्रं पठित्वा -

ॐ अद्येहामुकगोत्रास्मन्माताऽमुकीदेवी वसुस्वरूपा तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्यै स्वधा । इति अञ्जलित्रयं दद्यात् ।

ॐ अद्येहामुकगोत्रास्मत्पितामही (अमुकी) देवी रुद्रस्वरूपा तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्यै स्वधा । इति त्रिः ।

ॐ अद्येहामुकगोत्रास्मत्प्रपितामही (अमुकी) देवी आदित्यस्वरूपा तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्यै स्वधा । इति त्रिः ।

ॐ नमो वः पितरो रसाय नमो वः पितरः शोषाय नमो वः पितरो जीवाय नमो वः पितरः स्वधायै नमो वः पितरो घोराय नमो वः पितरो मन्यवे नमो वः पितरः पितरो नमो वो गृहान्नः पितरो दत्त सतो वः पितरो देष्मैतद्वः पितरो वासः ।

ॐ अद्येहामुकगोत्रोऽस्मन्मातामहोऽमुकशर्मा वसुस्वरूपस्तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्मै स्वधा । इति प्रथमाञ्जलिं मातामहाय दद्यात् ।

एवं '**ॐ नमो वः**' इति मन्त्रेण द्वितीयतृतीयाञ्जली मातामहाय दद्यात् ।

पुनः '**ॐ नमो वः**' इति मन्त्रं पठित्वा -

ॐ अद्येहामुकगोत्रोऽस्मत्प्रमातामहोऽमुकशर्मा रुद्रस्वरूपस्तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्मै स्वधा । इति प्रमातामहाय प्रथमद्वितीयतृतीयाञ्जलीन् दद्यात् ।

पुनः '**ॐ नमो वः**' इति मन्त्रं पठित्वा -

ॐ अद्येहामुकगोत्रोऽस्मद्वृद्धप्रमातामहोऽमुकशर्मा आदित्यस्वरूपस्तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्मै स्वधा । इति वृद्धप्रमातामहाय प्रथमद्वितीयतृतीयाञ्जलीन् दद्यात् ।

ॐ अद्येहामुकगोत्रास्मन्मातामही (अमुकी) देवी वसुस्वरूपा तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्यै स्वधा । इति त्रिः ।

ॐ अद्येहामुकगोत्रास्मत्प्रमातामही (अमुकी) देवी रुद्रस्वरूपा तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्यै स्वधा । इति त्रिः ।

ॐ अद्येहामुकगोत्रास्मद् वृद्धप्रमातामही (अमुकी) देवी आदित्यस्वरूपा तृप्यतामिदं तिलोदकं तस्यै स्वधा । इति त्रिः ।

ततः श्लोकानुसारेण ज्येष्ठकनिष्ठादीन्सपत्नीकांश्च तर्पयेत् -

ताताम्बात्रितयं सपत्नजननी मातामहादित्रयं ।

सस्त्रिस्त्रीतनयादितातजननीस्वभ्रातरः सस्त्रियः ॥

ताताम्बात्मभगिन्यपत्यधवयुग् जायापिता सद्गुरुः ।

शिष्याप्ताः पितरो महालयविधौ तीर्थे तथा तर्पणे ॥

ॐ आब्रह्मस्तम्बपर्यन्तं देवर्षिपितृमानवाः ।

तृप्यन्तु पितरः सर्वे मातृमातामहादयः ॥

पितृवंशे मृता ये च मातृवंशे तथैव च ।

गुरुश्वशुरबन्धूनां ये चान्ये बान्धवा मृताः ॥

ते तृप्तिमखिला यान्तु ये चास्मत्तोयकाङ्क्षिणः ॥

येऽबान्धवा बान्धवा वा येऽन्यजन्मनि बान्धवाः ॥

ते सर्वे तृप्तिमायान्तु मद्दत्तेनाम्बुनाखिलाः

देवासुरास्तथा यक्षा नागा गन्धर्वराक्षसाः ॥

पिशाचा गुह्यकाः सिद्धाः कुष्माण्डास्तरवः खगाः ।

जले चरा भूमिचरा वाय्वाहाराश्च जन्तवः ॥

ते तृप्तिमखिला यान्तु मद्दत्तेनाम्बुनाखिलाः ।

नरकेषु समस्तेषु यातनासु च ये स्थिताः ॥

तेषामाप्यायनायैतद्दीयते सलिलं मया ।

अतीतकुलकोटीनां सप्तद्वीपनिवासिनाम् ॥

आब्रह्मभुवनाँल्लोकानिदमस्तु तिलोदकम् ।

यत्र क्वचनसंस्थानां क्षुत्तृष्णोपहतात्मनाम् ॥

इदमक्षय्यमेवास्तु मया दत्तं तिलोदकम् ।

अथ वस्त्रनिष्पीडनम् –

ॐ ये के चास्मत्कुले जाता अपुत्रा गोत्रिणो मृताः ।

ते पिबन्तु मया दत्तं वस्त्रनिष्पीडनोदकम् ॥

ततः सव्यं कृत्वाऽऽचम्य पूर्वाभिमुखो भूत्वा जले षट्कोणं विलिख्य ब्रह्मादीन्पूजयेत् ।

ब्रह्मादिदेवानां पूजनम्

ॐ ब्रह्म जज्ञानं प्रथमं पुरस्ताद्विसीमतः सुरुचो वेनऽआवः ।

सबुध्न्याऽउपमाऽअस्य विष्ठाः सतश्च योनिमसतश्च विवः ॥

ॐ ब्रह्मणे नमः ।

ॐ इदं विष्णुर्विचक्रमे त्रेधा निदधे पदम् । समूढमस्यपा ॶ सुरे स्वाहा ॥

ॐ विष्णवे नमः ।

ॐ नमस्ते रुद्रमन्यवऽउतोतऽइषवे नमः । बाहुभ्यामुत ते नमः ।

ॐ रुद्राय नमः ।

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

ॐ सवित्रे नमः ।

ॐ मित्रस्य चर्षणी धृतो वो देवस्य सानसि । द्युम्नं चित्रश्रवस्तमम् ।

ॐ मित्राय नमः ।

ॐ वरुणस्योत्तम्भनमसि वरुणस्य स्कम्भसर्जनीस्थो वरुणस्य ऋतसदन्यसि वरुणस्यऽऋतसदनमसि वरुणस्यऽऋतसदनमासीद ॥

ॐ वरुणाय नमः ।

सूर्यार्घ्यदानम्

ॐ एहि सूर्य सहस्रांशो तेजोराशे जगत्पते ।

अनुकम्पय मां भक्त्या गृहाणार्घ्यं दिवाकर ॥

अनेन मन्त्रेण सूर्यायार्घ्यं दद्यात् ।

ॐ अदृश्रमस्य केतवो विरश्मयो जनाँ २ऽअनु । भ्राजन्तोऽअग्नयो यथा ।

उपयामगृहीतोसि सूर्याय त्वा भ्राजायैष ते योनिः सूर्याय त्वा भ्राजाय ।

सूर्य भ्राजिष्ठ भ्राजिष्ठस्त्वं देवेष्वसि भ्राजिष्ठोहं मनुष्येषु भूयासम् ॥

ॐ ह ꣳ सः शुचिषद्वसुरन्तरिक्षसद्धोता वेदिषदतिथिर्दुरोणसत् ।

नृषद्वरसदृतसद्व्योमसदब्जा गोजाऽऋतजाऽअद्रिजाऽऋतं बृहत् ॥

इति मन्त्राभ्यां सूर्यमुपस्थाय प्रदक्षिणीकृत्य दिग्भ्योदिग्देवेभ्यश्च प्रणमेत् ।

दिशां दिग्देवानाञ्च प्रणमनम् –

ॐ प्राच्यै दिशे नमः । ॐ इन्द्राय नमः । ॐ आग्नेयै दिशे नमः । ॐ अग्नये नमः । ॐ दक्षिणायै दिशे नमः । ॐ यमाय नमः । ॐ नैऋत्यै दिशे नमः । ॐ निर्ऋतये

नमः । ॐ प्रतीच्यै दिशे नमः । ॐ वरुणाय नमः । ॐ वायव्यै दिशे नमः । ॐ वायवे नमः । ॐ उदीच्यै दिशे नमः । ॐ कुवेराय नमः । ॐ ऐशान्यै दिशे नमः । ॐ ईशानाय नमः । ॐ ऊर्ध्वायै दिशे नमः । ॐ ब्रह्मणे नमः । ॐ अधोदिशे नमः । ॐ अनन्ताय नमः ।

तत उपविश्य नमेत् –

ॐ ब्रह्मणे नमः । ॐ अग्नये नमः । ॐ पृथिव्यै नमः । ॐ ओषधीभ्यो नमः ।

ॐ वाचे नमः । ॐ वाचस्पतये नमः । ॐ विष्णवे नमः । ॐ महद्भ्यो नमः ।

ॐ अद्भ्यो नमः । ॐ अपां पतये नमः । ॐ वरुणाय नमः ।

मुखाभिमर्शनम्

ॐ संवर्चसा पयसा सन्तनुभिरगन्महि मनसा स ँ शिवेन ।

त्वष्टा सुदत्रो विदधातु रायोनुमार्ष्टु तन्वो यद्विलिष्टम् ॥

इति मन्त्रेण मुखमभिमृश्य ।

चक्षुः स्पर्शः

ॐ तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत् ।

पश्येम शरदः शतं जीवेम शरदः शत ँ शृणुयाम शरदः शतं प्रब्रवाम

शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतं भूयश्च शरदः शतात् ॥

इति मन्त्रेणानामिकाङ्गुष्ठाभ्यां जलं स्पृष्ट्वा चक्षुः स्पर्शः कार्यः ।

पितृविसर्जनम्

ॐ देवागातुविदो गातुं वित्वा गातुमित ।

मनसस्पतऽइमन्देव यज्ञ ँ स्वाहा वाते धाः ॥ इति मन्त्रेण पितृन् विसर्जयेत् ।

॥इति तर्पणविधिः॥

(३) **देवयज्ञः**

(क) **बलिवैश्वदेवविधिः**

मण्डलम् - भूमौ चतुरङ्गुलमात्रं वितस्तिमात्रं वा उदकेन मण्डलं कृत्वा तदुपरि बलिहरणं कर्या। तद्यथा -

पूर्व

उत्तर

दक्षिण

२. ॐ विधात्रे ....

१०. ॐ उदीच्यै ...

६. ॐ वायवे ...

भूतयज्ञः (१)

१. ॐ धात्रे ...

७. ॐ प्राच्यै ...

३. ॐ वायवे ...

देवयज्ञः (४)

१८. ॐ पितृभ्यः ...

१७. ॐ भूतानां ...

१६. ॐ उषसे ...

८. ॐ अवाच्यै .....

४. ॐ वायवे ...

१३. ॐ सूर्याय ....

१२. ॐ अन्तरिक्षाय ...

११. ॐ ब्रह्मणे ...

मनुष्ययज्ञः (३)

(सव्यं उदकोपस्पर्शः)

(निवीतं कृत्वा)

१५. ॐ विश्वेभ्यो ...

१४. ॐ विश्वेभ्यो ...

२०. ॐ हन्त ते सनकादि ...

निर्णेजनम् (६)

२२. यक्ष्मेतन्ते निर्णेजनमिति पात्रं प्रक्षाल्य वायव्यां दिशि निनयेत्।

ब्रह्मयज्ञः (५)

२१. सव्येन ब्रह्मयत्रसिद्ध्यर्थं तिस्रो गायत्रीर्जपेत्।

नित्यश्राद्धम् (२)

(अपसव्येन क्षिपेत्)

१९. ॐ यक्ष्मैतत्ते ...

५. ॐ वायवे ...

९. ॐ प्रतीच्यै ...

पश्चिम

आचम्य प्राणनायम्य पवित्रधारणं कृत्वा सङ्कल्पं कुर्यात् -

हरिः ॐ तत्सत् ... अद्य शुभपुण्यतिथौ मम गृहे पञ्चसूनाजनितसकलदोषपरिहारपूर्वकं नित्यकर्मानुष्ठानसिद्धिद्वारा श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं बलिवैश्वदेवाख्यं कर्म करिष्ये ।

इति सङ्कल्प्य लौकिकाग्निं प्रज्वाल्य ॐ चत्वारि श्रृङ्गा.....इत्यादिना ध्यात्वा ॐ एषोह देवः ..... इत्यादिनाऽऽसनं दत्त्वा जुहुयात् ।
अग्न्याभावे जलपात्रेऽपि हवनं कर्तुं शक्यते । लवणक्षारवर्जितमन्नमादाय निम्नाङ्कितानुसारेण जुहुयात् -

देवयज्ञः

१. ॐ ब्रह्मणे स्वाहा, इदं ब्रह्मणे न मम ।

२. ॐ प्रजापतये स्वाहा, इदं प्रजापतये न मम ।

३. ॐ गृहाभ्यः स्वाहा, इदं गृहाभ्यः न मम ।

४. ॐ कश्यपाय स्वाहा, इदं कश्यपाय न मम ।

५. ॐ अनुमतये स्वाहा, इदं अनुमतये न मम ।

ततो निर्देशानुसारेण अन्नमर्पयेत् विकिरेत् वा ।

भूतयज्ञः

१. ॐ धात्रे नमः, इदं धात्रे न मम ।

२. ॐ विधात्रे नमः, इदं विधात्रे न मम ।

३. ॐ वायवे नमः, इदं वायवे न मम ।

४. ॐ वायवे नमः, इदं वायवे न मम ।

५. ॐ वायवे नमः, इदं वायवे न मम ।

६. ॐ वायवे नमः, इदं वायवे न मम ।

७. ॐ प्राच्यै नमः, इदं प्राच्यै न मम ।

८. ॐ अवाच्यै नमः, इदमवाच्यै न मम ।

९. ॐ प्रतीच्यै नमः, इदं प्रतीच्यै न मम ।

१०. ॐ उदीच्यै नमः, इदमुदीच्यै न मम ।

११. ॐ ब्रह्मणे नमः, इदं ब्रह्मणे न मम ।

१२. ॐ अन्तरिक्षाय नमः, इदमन्त्ररिक्षाय न मम ।

१३. ॐ सूर्याय नमः, इदं सूर्याय न मम ।

१४. ॐ विश्वेभ्यो देवभ्यो नमः, इदं विश्वेभ्यो देवेभ्यो न मम ।

१५. ॐ विश्वेभ्यो भूतेभ्यो नमः, इदं विश्वेभ्यो भूतेभ्यो न मम ।

१६. ॐ उषसे नमः, इदमुषसे न मम ।

१७. ॐ भूतानां पतये नमः, इदं भूतानां पतये न मम ।

पितृयज्ञः

अपसव्यं विधाय दक्षिणाभिमुखो भूत्वा पातितवामजानुम् -

१८. ॐ पितृभ्यः स्वधा नमः, इदं पितृभ्यः न मम ।

सव्येन अन्नपात्रं प्रक्षाल्याङ्किताङ्के निक्षिपेत्-

१९. ॐ यक्ष्मैतत्ते निर्णेजनं नमः, इदं यक्ष्मणे न मम ।

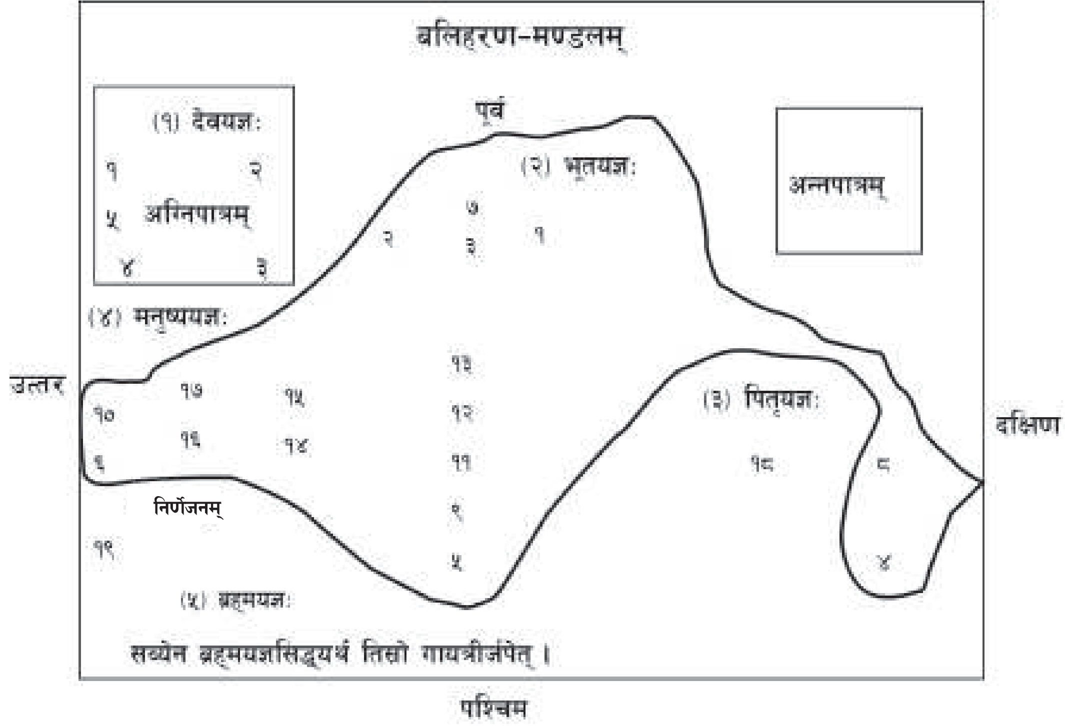
मनुष्ययज्ञः

कण्ठावलम्बी उत्तराभिमुखो भूत्वा पक्वान्नं निर्दिष्टाङ्के निक्षिपेत् -

२०. ॐ हन्त ते सनकादिमनुष्येभ्यो नमः, इदं हन्त ते सनकादिमनुषेभ्यो न मम ।

२१. सव्येन ब्रह्मयत्रसिद्ध्यर्थं तिस्रो गायत्रीर्जपेत् ।

बलिहरण-मण्डलम्



ततः सव्येन गोग्रासं दद्यात्-

१. ॐ सौरभेय्यः सर्वहिताः पवित्राः पुण्यराशयः ।

प्रतिगृण्ह्वन्तु मे ग्रासं गावस्त्रैलोक्य मातरः ॥ इदं गोभ्यो न मम ।

२. श्वानबलिः कष्ठावलम्बी सन्

ॐ द्वौ श्वानौ श्यामशवलौ वैवस्वतकुलोद्भवौ ।

ताभ्यामन्नं प्रदास्यामि स्यातामेतावहिंसकौ ॥

इदं श्वभ्यां न मम ।

३. काकबलिः अपसव्येन

ॐ ऐन्द्रावारुणवायव्या याम्या वै नैर्ऋतास्तथा ।

वायसाः प्रतिगृण्ह्वन्तु भूमावन्नं मयोज्झितम् ॥

इदं वायसेभ्यो न मम ।

४. देवादिबलिः सव्येन

ॐ देवा मनुष्याः पशवो वयांसि सिद्धाः सयक्षोरगदैत्यसङ्घाः ।

प्रेताः पिशाचास्तरवः समस्ता ये चान्नमिच्छन्ति मया प्रदत्तम् ॥

इदमन्नं देवादिभ्यो न मम ।

५. पिपीलिकादिबलिः

ॐ पिपीलिकाः कीटपतङ्गकाद्या बुभुक्षिताः कर्मनिबन्धबद्धाः ।

तेषां हि तृप्त्यर्थमिदं मयान्नं तेभ्यो विसृष्टं सुखिनो भवन्तु ॥

इदमन्नं पिपीलिकादिभ्यो न मम ।

६. वैश्वदेविकं किञ्चित्भस्मधारणम्

त्र्यायुषञ्जमदग्नेःꣳकश्यपस्यत्र्यायुषम् ॥

यद्देवेषुत्र्यायुषन्तन्नोऽअस्तुत्र्यायुषम् ॥

अग्निविसर्जनम् - गच्छ गच्छ सुरश्रेष्ठ स्वस्थानं परमेश्वर ।

यत्र ब्रह्मादयो देवास्तत्र गच्छ हुताशन ॥

प्रार्थना : प्रमादात् कुर्वतां कर्म प्रच्यवेताध्वरेषु च ।

स्मरणादेव तद् विष्णोः सम्पूर्णं स्यादिति श्रुतिः ॥

यस्य स्मृत्या च नामोक्त्या तपोयज्ञक्रियादिषु ।

न्यूनं सम्पूर्णतां याति सद्यो वन्दे तमच्युतम् ॥

ॐ अच्युताय नमः, ॐ अच्युताय नमः, ॐ अच्युताय नमः ।

अनेन बलिवैश्वदेवाख्येन कर्मणा श्रीयज्ञस्वरूपः परमेश्वरः प्रीयताम् ।
ॐ तत्सद् ब्रह्मार्पणमस्तु ।

अतिथिपूजनम्

तत परमतिथये भोजयित्वा स्वयं बन्धु-बान्धवैः सह भुञ्जीत ।

॥ इति पञ्चमहायज्ञाः ॥

शब्दार्थाः

पञ्चसूना	= पाँच प्रकारका पाप	गृहस्थस्य	= गृहस्थको
चुल्ली	= चुलो, आगो बाल्ने स्थान	पेषणी	= पिस्ने स्थान, सिलौटो
उपस्करी	= बढार्ने साधन कुचो आदि	कण्डनी	= कुट्ने ढिकी, ओखल आदि
उदककुम्भः	= गग्रेटो वा पानी राख्ने स्थान	अनृणम्	= ऋणरहित
आप्नोति	= प्राप्त गर्छ	निष्कृतिः	= बदला, निग्रह
तासाम्	= ती	सर्वासाम्	= सबैको
प्रत्यहम्	= दिनैपिच्छे, प्रतिदिन	अभ्यर्च्य	= पूजा सत्कार गरेर
वायसः	= काग	श्वानः	= कुकुरहरू
बुभुक्षिताः	= भोकाएका	पिपीलिकाः	= कमिलाहरू
कीटः	= किरो	पतङ्गः	= पुतली
कर्तव्यानि	= गर्नुपर्दछ	प्रदर्श्य	= देखाएर
प्रेरयत	= प्रेरणा गर	प्रादेशमात्रम्	= एक कुरेत प्रमाण भएको

अभ्यासः

१. **के पञ्चमहायज्ञाः ?**

२. **गृहस्थस्य कृते पञ्चसूनाजनितदोषपरिहारार्थं कानि कर्माणि कर्तव्यत्वेन प्रदर्शितानि सन्ति ?**

३. **देवा सनकादयः पितरश्च कति अञ्जलीनर्हन्ति ?**

४. **बलिवैश्वदेवविधौ अग्न्याभावे कुत्र हवनं कर्तुं शक्यते ?**

५. **किमर्थं बलिवैश्वदेवकर्म क्रियते ?**

६. **बलिवैश्वदेवकर्मणि प्रतिज्ञासङ्कल्पवाक्यं रचयत ।**

७. **परस्परं मेलयत**

अध्ययनम्	देवयज्ञः
तर्पणम्	मनुष्ययज्ञः
हवनम्	ब्रह्मयज्ञः
बलिप्रदानम्	पितृयज्ञः
अतिथिपूजनम्	भूतयज्ञः

८. **रिक्तस्थानं पूरयत**

एकैकमञ्जलिं .... द्वौ द्वौ तु .... ।

.... पितर .... स्त्रिय .... मञ्जलिम् ॥

९. **निम्नपदानामर्थान् लिखत**

धृत्वा, अर्हन्ति, उल्लिख्य, कुशपाणिः तरवः ।

विधा	गीतापाठः

पाठः ५

श्रीकृष्णार्जुनयोः संवादः

गीतामा ज्ञानको भण्डार रहेको छ । यो ग्रन्थ श्रीमद्भगवद् गीताको नामले पनि प्रसिद्ध छ। गीतामा विशेष गरी श्रीकृष्ण र अर्जुनको संवाद छ । संवाद श्लोकात्मक छ । श्रीमद्भगवद् गीता श्रीकृष्णको वाणी भएकाले यसलाई मन्त्र पनि भनिन्छ। यो ग्रन्थ गहिरो अर्थले भरिपूर्ण भएकाले यसलाई सूत्र पनि भन्दछन् । यसरी श्रीमद्भगवद् गीता श्लोक, मन्त्र र सूत्र तिनै दर्शनले परिपूर्ण ग्रन्थ मानिन्छ ।



श्रीमद्भगवद् गीतामा जम्मा अठार अध्याय छन्। यसमा सात सय श्लोक छन् । पहिलो अध्यायदेखि छ अध्यायसम्मलाई कर्मयोग भन्दछन् । सातदेखि बार अध्यायसम्मलाई भक्तियोग भन्दछन् । तेरदेखि अठार अध्यायसम्मलाई ज्ञानयोग भन्दछन्। यसरी श्रीमद्भगवद् गीता कर्म, भक्ति र ज्ञानको त्रिवेणी हो ।

शिक्षकनिर्देशनम्

पाठस्थान् श्लोकान् सस्वरं वाचयित्वा शिष्यान् श्रावयत। छात्रानपि सस्वरवाचनाय प्रेरयत। यदि छात्रैः वाचितं स्तोत्रमशुद्धं, गतियतिलयाद् भिन्नमस्ति चेद् तर्हि बारम्बारं शुद्धोच्चारणे गतियतिलयमेलने च प्रयत्नो विधेयः ।

अथ पञ्चदशोऽध्यायः

श्रीभगवानुवाच

ऊर्ध्वमूलमधःशाखमश्वत्थं प्राहुरव्ययम् ॥

छन्दांसि यस्य पर्णानि यस्तं वेद स वेदवित् ॥१॥

अधश्चोर्ध्वं प्रसृतास्तस्य शाखा गुणप्रवृद्धा विषयप्रवालाः ॥

अधश्च मूलान्यनुसन्ततानि कर्मानुबन्धीनि मनुष्यलोके ॥२॥

न रूपमस्येह तथोपलभ्यते नान्तो न चादिर्न च सम्प्रतिष्ठा ॥

अश्वत्थमेनं सुविरूढमूलमसङ्गशस्त्रेण दृढेन छित्त्वा ॥३॥

ततः पदं तत्परिमार्गितव्यं यस्मिन्गता न निवर्तन्ति भूयः ॥

तमेव चाद्यं पुरुषं प्रपद्ये यतः प्रवृत्तिः प्रसृता पुराणी ॥४॥

निर्मानमोहा जितसङ्गदोषा– अध्यात्मनित्या विनिवृत्तकामाः ॥

द्वन्द्वैर्विमुक्ताः सुखदुःखसञ्ज्ञैर्गच्छन्त्यमूढाः पदमव्ययं तत् ॥५॥

न तद्भासयते सूर्यो न शशाङ्को न पावकः ॥

यद्गत्वा न निवर्तन्ते तद्धाम परमं मम ॥६॥

ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः ॥

मनः षष्ठानीन्द्रियाणि प्रकृतिस्थानि कर्षति ॥७॥

शरीरं यदवाप्नोति यच्चाप्युत्क्रामतीश्वरः ॥

गृहीत्वैतानि संयाति वायुर्गन्धानिवाशयात् ॥८॥

श्रोत्रं चक्षुः स्पर्शनं च रसनं घ्राणमेव च ॥

अधिष्ठाय मनश्चायं विषयानुपसेवते ॥९॥

उत्क्रामन्तं स्थितं वापि भुञ्जानं वा गुणान्वितम् ॥

विमूढा नानुपश्यन्ति पश्यन्ति ज्ञानचक्षुषः ॥१०॥

यतन्तो योगिनश्चैनं पश्यन्त्यात्मन्यवस्थितम् ॥

यतन्तोऽप्यकृतात्मानो नैनं पश्यन्त्यचेतसः ॥११॥

यदादित्यगतं तेजो जगद्भासयतेऽखिलम् ॥

यच्चन्द्रमसि यच्चाग्नौ तत्तेजो विद्धि मामकम् ॥१२॥

गामाविश्य च भूतानि धारयाम्यहमोजसा ।

पुष्णामि चौषधीः सर्वाः सोमो भूत्वा रसात्मकः ॥१३॥

अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहमाश्रितः ॥

प्राणापानसमायुक्तः पचाम्यन्नं चतुर्विधम् ॥१४॥

सर्वस्य चाहं हृदि सन्निविष्टो मत्तः स्मृतिर्ज्ञानमपोहनं च ॥

वेदैश्च सर्वैरहमेव वेद्यो वेदान्तकृद्वेदविदेव चाहम् ॥१५॥

द्वाविमौ पुरुषौ लोके क्षरश्चाक्षर एव च ॥

क्षरः सर्वाणि भूतानि कूटस्थोऽक्षर उच्यते ॥१६॥

उत्तमः पुरुषस्त्वन्यः परमात्मेत्युदाहृतः ॥

यो लोकत्रयमाविश्य बिभर्त्यव्यय ईश्वरः ॥१७॥

यस्मात्क्षरमतीतोऽहमक्षरादपि चोत्तमः ॥

अतोऽस्मि लोके वेदे च प्रथितः पुरुषोत्तमः ॥१८॥

यो मामेवमसम्मूढो जानाति पुरुषोत्तमम् ॥

स सर्वविद्भजति मां सर्वभावेन भारत ॥१९॥

इति गुह्यतमं शास्त्रमिदमुक्तं मयानघ ॥

एतद्बुद्ध्वा बुद्धिमान्स्यात्कृतकृत्यश्च भारत ॥२०॥

ॐ तत्सदिति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे श्रीकृष्णार्जुनसंवादे पुरुषोत्तमयोगो नाम पञ्चदशोऽध्यायः ।

शब्दार्थाः

ऊर्ध्वमूलम्	= मास्तिर जरा भएको (परमात्मा)	अधः	= तलतिर
शाखम्	= हाँगा भएको	अश्वत्थम्	= पिपलको रुख
प्राहुः	= भन्दछन्	अव्ययम्	= कहिल्यै नाश नहुने
छन्दांसि	= वेदहरू	यस्य	= जसको
पर्णानि	= पातहरू	यः	= जो
तम्	= त्यसलाई	वेद	= जान्दछ
वेदवित्	= परमात्माको यथार्थ रूप जान्नेवाला	प्रसृताः	= फैलिएका
गुणप्रवृद्धा	= गुणले बाँधिएका (सत्व, रज र तम)	मनुष्यलोके	= मनुष्य लोकमा
कर्मानुबन्धीनि	= कर्मानुसार बाँध्ने	मूलानि	= मूलहरू

अनुसन्ततानि	= चारैतिर फैलिएको	अस्य	= यसको
रूपम्	= रूप, आकृति	इह	= यहाँ
उपलभ्यते	= पाइन्छ	आदि:	= सुरु, प्रारम्भ
अन्त:	= अन्त, समाप्ति	संप्रतिष्ठा	= स्थिति
दृढेन	= बलिया	छित्त्वा	= काटेर
असङ्गशस्त्रेण	= असङ्गरूपी शस्त्रले	**सुविरूढम्**	= बलियो, मजबूत
तत:	= त्यसपछि	तत्	= त्यो
पदम्	= परमात्मपदलाई	परिमार्गितव्यम्	= खोज्नुपर्छ
यस्मिन्	= जसमा	गता:	= गएका
भूय:	= फेरि	न निवर्तन्ति	= फर्कँदैनन्
निर्मानमोहा	= मान र मोहले रहित	जितसङ्गदोषा	= आसक्ति रहित
अध्यात्मनित्या	= नित्य परमात्माको चिन्तनमा लागेका	द्वन्द्वैर्विमुक्ता:	= सुख दु:खबाट छुटेका
प्रकृतिस्थानि	= प्रकृतिमा रहेका	**षष्ठानीन्द्रियाणि**	= मनसहित पाँच इन्द्रियलाई
कर्षति	= आकर्षित गर्छ	आप्नोति	= प्राप्त गर्छ
उपसेवते	= सेवा गर्दछ	गाम्	= पृथ्वीमा
आविश्य	= प्रवेश गरेर	पुष्णामि	= पुष्ट गर्दछु
क्षरम्	= नाशबाट	अतीत:	= नाघेको
अक्षरम्	= अविनाशी तत्त्वबाट	प्रथित:	= प्रसिद्ध

अभ्यासः

१. **उत्तराणि लिखत**

(क) संसारवृक्षः कीदृशः ?

(ख) गुणप्रवृद्धा शाखा कुत्र कुत्र प्रसृताः सन्ति ?

(ग) संसारवृक्षस्य रूपमादिरन्तश्च अस्ति ? अस्ति चेत् प्रदर्शयत ।

(घ) कीदृशाः नराः तत् अव्ययं पदं प्राप्नुवन्ति ?

(ङ) लोके जीवभूतः सनातनः जीवः कस्य अंशः ? स केन कर्षति ?

(च) जीवात्मा केषाम् आश्रयं गृहीत्वा विषयानुपसेवते ?

(छ) लोके कियन्तौ पुरुषौ वर्णितौ ? तयोः स्वरूपं कीदृशम् ?

(ज) कः उत्तमः पुरुषः ? स किं करोति ?

(झ) लोके वेदे च कथं पुरुषोत्तमः प्रथितः ?

२. **पदत्तं पाठं सस्वरं वाचयत ।**

३. **पाठस्य अन्तिमानां दशश्लोकानां श्रुतिलेखनं कुरुत ।**

४. **उपयुक्तेषु कथनेषु 'आम्' इति लिखत**

(क) गुह्यतमं शास्त्रं श्रीमद्भगवद्गीता वर्तते ।

(ख) यः सर्वभावेन पुरुषोत्तमं जानाति स सर्वविद् भवति ।

(ग) अर्जुनः सर्वजनस्य हृदि सन्निविष्टो वर्तते ।

(घ) स एव सर्वै वेदैरपि वेद्यो वर्तते ।

(ङ) प्राणिनां देहमाश्रित: श्रीकृष्ण: वैश्वानरो भूत्वा चतुर्विधमन्नं पचति ।

५. **पदानि प्रयुज्य वाक्यानि रचयत**

शरीरम्, भासयते, वैश्वानर:, उच्यते, बिभर्ति ।

६. **रिक्तस्थानं पूरयत**

(क) अहं वैश्वानरो .... प्राणिनां .... ॥

प्राणापानसमायुक्त .... चतुर्विधम् ॥

(ख) श्रोत्रं .... स्पर्शनं च रसनं .... च ॥

अधिष्ठाय .... विषयानुपसेवते ॥

७. **सरलार्थं वदत**

(क) न तद् भासयते सूर्यो न शशाङ्को न पावक: ॥

यद् गत्वा न निवर्तन्ते तद्धाम परमं मम ॥

(ख) यो मामेवमसम्मूढो जानाति पुरुषोत्तमम् ॥

स सर्वविद् भजति मां सर्वभावेन भारत ॥

विधा	स्तुतिपाठः

पाठः ६

तन्त्रोक्तं देवीसूक्तम्

तन्त्रोक्त देवीसूक्त दुर्गासप्तशती पाठको एक अभिन्न अङ्ग हो। त्यसैले दुर्गासप्तशती पाठको पूर्णताका लागि विभिन्न तन्त्रोक्त देवीसूक्त अवश्य पाठ गर्नुपर्दछ। पाठ नगरे दुर्गासप्तशती पाठ पूर्ण हुँदैन। यसमा विभिन्न नाम भएका देवीलाई नमन गरिएको छ। यसको पाठले ईश्वरी प्रसन्न हुन्छिन्। भक्तिले सम्पूर्ण आपत् विपत् नाश हुन्छ। ईश्वरीले भक्तलाई शुभकारक र कल्याणकारक कुराहरू प्रदान गर्दछिन्।

अथ तन्त्रोक्तं देवीसूक्तम्

नमो दैव्यै महादेव्यै शिवायै सततं नमः।
नमः प्रकृत्यै भद्रायै नियताः प्रणताः स्म ताम् ॥१॥

रौद्रायै नमो नित्यायै गौर्यै धात्र्यै नमो नमः।
ज्योत्स्नायै चेन्दुरूपिण्यै सुखायै सततं नमः ॥२॥

कल्याण्यै प्रणतां वृद्ध्यै सिद्ध्यै कुर्मो नमो नमः।
नैर्ऋत्यै भूभृतां लक्ष्म्यै शर्वाण्यै ते नमो नमः ॥३ ॥

दुर्गायै दुर्गपारायै सारायै सर्वकारिण्यै।
ख्यात्यै तथैव कृष्णायै धूम्रायै सततं नमः ॥४ ॥

अतिसौम्यातिरौद्रायै नमस्तस्यै नमो नमः।
नमो जगत्प्रतिष्ठायै देव्यै कृत्यै नमो नमः ॥५॥

शिक्षकनिर्देशनम्
पाठे उल्लिखितस्य देवीसूक्तस्य वाचनाभ्यासे अर्थबोधनाभ्यासे च छात्राः प्रेरयितव्याः।

या देवी सर्वभूतेषु विष्णुमायेति शब्दिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥६॥
या देवी सर्वभूतेषु चेतनेत्यभिधीयते ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥७॥
या देवी सर्वभूतेषु बुद्धिरूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥८॥
या देवी सर्वभूतेषु निद्रारूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥९॥
या देवी सर्वभूतेषु क्षुधारूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१०॥
या देवी सर्वभूतेषुच्छायारूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥११ ॥
या देवी सर्वभूतेषु शक्तिरूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१२ ॥
या देवी सर्वभूतेषु तृष्णारूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥ १३ ॥
या देवी सर्वभूतेषु क्षान्तिरूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१४॥
या देवी सर्वभूतेषु जातिरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१५॥

या देवी सर्वभूतेषु लज्जारूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१६॥

या देवी सर्वभूतेषु शान्तिरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१७॥

या देवी सर्वभूतेषु श्रद्धारूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१८॥

या देवी सर्वभूतेषु कान्तिरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥१९॥

या देवी सर्वभूतेषु लक्ष्मीरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२०॥

या देवी सर्वभूतेषु वृत्तिरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२१॥

या देवी सर्वभूतेषु स्मृतिरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२२॥

या देवी सर्वभूतेषु दयारूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२३॥

या देवी सर्वभूतेषु तुष्टिरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२४॥

या देवी सर्वभूतेषु मातृरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२५॥

या देवी सर्वभूतेषु भ्रान्तिरूपेण संस्थिता ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२६॥

इन्द्रियाणामधिष्ठात्री भूतानां चाखिलेषु या ।

भूतेषु सततं तस्यै व्याप्तिदेव्यै नमो नमः ॥२७॥

चितिरूपेण या कृत्स्नमेतद्व्याप्य स्थिता जगत् ।

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥२८॥

स्तुता सुरैः पूर्वमभीष्टसंश्रयात्तथा सुरेन्द्रेण दिनेषु सेविता ।

करोतु सा नः शुभहेतुरीश्वरी शुभानि भद्राण्यभिहन्तु चापदः ॥२९॥

या साम्प्रतं चोद्धतदैत्यतापितैरस्माभिरीशा च सुरैर्नमस्यते ।

या च स्मृता तत्क्षणमेव हन्ति नः सर्वापदो भक्तिविनम्रमूर्तिभिः ३० ॥

शब्दार्थाः

शिवायै	= शिवरूपा देवीलाई	सततम्	= निरन्तर
नियताः	= नियमपूर्वक	प्रणताः स्म	= प्रणाम गर्दछौँ
ज्योत्स्ना	= कान्ति	इन्दुः	= चन्द्रमा
दुर्गपारा	= ठुलो सङ्कटबाट उतार्ने	क्षुधा	= भोक
अतिसौम्या	= ज्यादै सौम्य रूप भएकी	स्मृतिः	= सम्झना

अतिरौद्रा	= ज्यादै डरलाग्दी	सर्वभूतेषु	= सम्पूर्ण प्राणीमा
अभिधीयते	= भनिन्छिन्	तृष्णा	= लोभ
क्षान्ति	= सहनशीलता	तृप्तिः	= सन्तोष
भ्रान्तिः	= भ्रम, सन्देह	इन्द्रियाणाम्	= इन्द्रिय वर्गको
अधिष्ठात्री	= मुख्य रूपमा	अखिलेषु	= सम्पूर्णमा
व्याप्तिः	= व्यापक भएर	चितिरूपेण	= चैतन्य रूपले
कृश्नम्	= सम्पूर्ण	एतद्	= यो
जगत्	= संसार	पूर्वम्	= पहिले
अभीष्टसंश्रयात्	= इच्छित फल प्राप्तिका लागि	आपदः	= आपत्तिहरू
अभिहन्तु	= नाश गरून्	साम्प्रतम्	= अहिले
अस्माभिः	= हामीहरूले	ईशा	= भगवती, ईश्वरी
सुरैः	= देवताहरूले	नमस्यते	= नमस्कार गरिन्छ
तत्क्षणमेव	= तत्कालै, तुरुन्तै	नः	= हाम्रो
सर्वापदः	= सम्पूर्ण विपत्तिहरू	हन्ति	= नाश गर्दछिन्
भक्तिविनम्रमूर्तिभिः	= भक्तिले विनम्र पुरुषद्वारा	स्मृताः	= स्मरण गरिएकी

अभ्यासः

१. देवाः किमर्थं देवीं स्तुवन्ति ?

२. शुभहेतुरीश्वरी नः किं करोतु ?

३. अस्माभिः सुरैश्च का नमस्यते ?

४. भक्तिविनम्रमूर्तिभिः स्मृता देवी किं करोति ?

५. एतद् कृत्स्नं जगत् व्याप्य किन्नामधेया देवी वर्तते ?

६. शब्दार्थान् लिखत

अखिलेषु, भूतेषु, सुरेन्द्रेण, अभिहन्तु, तत्क्षणमेव ।

७. निम्नपदानि प्रयुज्य वाक्यानि रचयत

करोतु, शुभानि, आपदः, अभिहन्तु, स्मृता ।

विधा	स्तुतिपाठः

पाठः ७

तन्त्रोक्तं रात्रिसूक्तम्

भगवती शक्तिको उपसनाका क्रममा वा दुर्गासप्तशती पाठमा रात्रिसूक्त पाठ गरिन्छ । रात्रिसूक्त पाठ नगरी गरेको सप्तशती पाठले पूर्णता प्राप्त गर्न सक्दैन । भगवतीको आराधनाले मानिसको इच्छासिद्धि हुन्छ । शरीर नीरोग रहन्छ । आइपरेका आपत् विपत् सबै नष्ट हुन्छन् ।

अथ तन्त्रोक्तं रात्रिसूक्तम्

ॐ विश्वेश्वरीं जगद्धात्रीं स्थितिसंहारकारिणीम् ।
निद्रां भगवतीं विष्णोरतुलां तेजसः प्रभुः ॥१॥

ब्रह्मोवाच

त्वं स्वाहा त्वं स्वधा त्वं हि वषट्कारः स्वरात्मिका ।
सुधा त्वमक्षरे नित्ये त्रिधा मात्रात्मिका स्थिता ॥२॥
अर्धमात्रास्थिता नित्या यानुच्चार्या विशेषतः ।
त्वमेव सन्ध्या सावित्री त्वं देवि जननी परा ॥३॥
त्वयैतद्धार्यते विश्वं त्वयैतत्सृज्यते जगत् ।
त्वयैतत्पाल्यते देवि त्वमत्स्यन्ते च सर्वदा ॥४॥
विसृष्टौ सृष्टिरूपा त्वं स्थितिरूपा च पालने ।
तथा संहृतिरूपान्ते जगतोऽस्य जगन्मये ॥५॥

शिक्षकनिर्देशनम्

पाठे उल्लिखितस्य तन्त्रोक्तस्य रात्रिसूक्तस्य वाचनाभ्यासे अर्थबोधनाभ्यासे च छात्राः प्रेरयितव्याः ।

महाविद्या महामाया महामेधा महास्मृतिः ।
महामोहा च भवती महादेवी महासुरी ॥६॥
प्रकृतिस्त्वं च सर्वस्य गुणत्रयविभाविनी ।
कालरात्रिर्महारात्रिर्मोहरात्रिश्च दारुणा ॥७॥
त्वं श्रीस्त्वमीश्वरी त्वं ह्रीस्त्वं बुद्धिर्बोधलक्षणा ।
लज्जा पुष्टिस्तथा तुष्टिस्त्वं शान्तिः क्षान्तिरेव च ॥८॥
खड्गिनी शूलिनी घोरा गदिनी चक्रिणी तथा ।
शङ्खिनी चापिनी बाणभुशुण्डीपरिघायुधा ॥९॥
सौम्या सौम्यतराशेषसौम्येभ्यस्त्वतिसुन्दरी ।
परापराणां परमा त्वमेव परमेश्वरी ॥१० ॥
यच्च किञ्चित् क्वचिद्वस्तु सदसद्वाखिलात्मिके ।
तस्य सर्वस्य या शक्तिः सा त्वं किं स्तूयसे तदा ॥११ ॥
यया त्वया जगत्स्त्रष्टा जगत्पात्यत्ति यो जगत् ।
सोऽपि निद्रावशं नीतः कस्त्वां स्तोतुमिहेश्वरः ॥१२॥
विष्णुः शरीरग्रहणमहमीशान एव च ।
कारितास्ते यतोऽतस्त्वां कः स्तोतुं शक्तिमान् भवेत् ॥१३॥
सा त्वमित्थं प्रभावैः स्वैरुदारैर्देवि संस्तुता ।
मोहयैतौ दुराधर्षावसुरौ मधुकैटभौ ॥१४॥
प्रबोधं च जगत्स्वामी नीयतामच्युतो लघु ।
बोधश्च क्रियतामस्य हन्तुमेतौ महासुरौ ॥१५॥

॥इति रात्रिसूक्तम् ॥

शब्दार्थाः

विश्वेश्वरीम्	= संसारकी ईश्वरी माता	जगद्धात्रीम्	= संसारलाई धारण गर्ने
संहारकारिणीम्	= संहार गर्ने भएकी	निद्राम्	= निद्रा रूपमा रहेकी
भगवतीम्	= भगवतीलाई	विष्णोः	= विष्णु भगवान्‌को
अतुलाम्	= अतुलनीय, धेरै	तेजसः	= शक्तिको
प्रभुः	= स्वामी, मालिक	ब्रह्मा	= सृष्टिकर्ता ब्रह्मा
उवाच	= भन्नुभयो	सुधा	= अमृत
अक्षरे	= कहिल्यै नाश नहुने	धार्यते	= धारण गरिन्छ
सृज्यते	= सृष्टि गरिन्छ	पाल्यते	= पालन गरिन्छ
अस्य	= यसको	जगतः	= संसारको
त्वम्	= तिमी	श्रीः	= लक्ष्मी (ऐश्वर्य)
ह्रीः	= लज्जा	क्षान्तिः	= सहनशीलता
चापः	= बाण	अखिलः	= सम्पूर्ण
सत्	= सत्य वस्तु	असत्	= असत्य वस्तु
स्तूयसे	= स्तुति गरिनुहुन्छ	ईशानः	= शिव, शङ्कर
शरीरग्रहणम्	= शरीरधारी	कारिताः	= गराइए
अतः	= यसैले	त्वाम्	= हजुरलाई
स्तोतुम्	= स्तुति गर्न, खुसी पार्न	कः	= को
शक्तिमान्	= शक्ति सम्पन्न	भवेत्	= होला
नीतः	= पुऱ्याउनुभयो	उदारैः	= उदार, विशाल
स्वैः	= आफ्ना	प्रभावैः	= प्रभाव, शक्तिले

दुराधर्षै:	= वशमा गर्न नसकिने	मधुकैटभौ	= मधु र कैटभ
एतौ असुरौ	= यी दुई दानवलाई	मोहय	= मोहित गराउनुहोस्
लघु	= चाँडै, छिट्टै	जगत्स्वामी	= संसारका मालिक
प्रबोधम्	= ब्युँझाउने काम	नीयताम्	= लग्नुहोस्

अभ्यास:

१. **तन्त्रोक्तरात्रिसूक्तौ क: किमर्थं विश्वेश्वरीमस्तौत् ?**

२. **रात्रिसूक्तौ ईश्वर्या: स्वरूपं कीदृशं वर्णितमस्ति ?**

३. **विश्वं कया धार्यते सृज्यते पाल्यते च ?**

४. **गुणत्रयविभाविनी प्रकृति: का ? तस्या: स्वरूपं कीदृशम् ?**

५. **प्रकृतिस्वरूपा भगवती हस्ते किं किं धारयति ?**

६. **अतिसुन्दरी, अतिसौम्या च का ? क: निद्रावशं नीत: ?**

७. **जगत्स्वामी क: ? किमर्थं तस्य प्रबोध: कर्तव्य: ?**

८. **किं नामधेयौ महासुरौ ? कथं दुराधर्षौ जातौ ?**

९. **परस्परं मेलयत**

जगत्स्रष्टा	शङ्कर:
जगत्पति	विष्णु:
जगत् अत्ति	ब्रह्मा

१०. **उपयुक्तेषु कथनेषु 'आम्' इति लिखत**

(क) गुणत्रयविभाविनी दारुणा प्रकृति: कालारात्रिर्महारात्रिर्मोहरात्रिश्च वर्तते ।

(ख) अस्य जगत: सृष्टिरूपा शक्ति: वैष्णवी शक्तिरस्ति ।

(ग) अतिसुन्दरी शक्ति: घोररूपा भवति ।

(घ) ब्रह्मा त्रिधा मात्रात्मिकां शक्तिं स्तौति ।

पाठः ८

भोजनविधिः

भोजनालयमा प्रवेश गर्नुभन्दा पहिले हातगोडा धोई कुल्ला गर्नुपर्छ । भोजनालयमा पूर्व वा उत्तर फर्केर भोजन गर्न बस्नुपर्छ । भोजन (खाद्यवस्तु)लाई ठिकसँग राख्दै जलसेचन गरी भगवान्‌लाई भोग लगाउनुपर्छ ।

सोत्तरीयं शुद्धं धौतं वस्त्रं परिधाय हस्तौ पादौ प्रक्षाल्य आचम्य भोजनपात्रेऽन्नं परिवेष्य

यथा चक्रायुधो विष्णुस्त्रैलोक्यं परिरक्षति ।

एवं मण्डलभस्मैतत्सर्वभूतानि रक्षतु ॥

इति मन्त्रेणान्नं परितः जलेन चतुष्कोणमण्डलं विधाय

अन्नस्तुतिः

ॐ पितुन्नु स्तोषमहो धर्माणन्तविषीम् ।

यस्य त्रितो व्योजसा वृत्रं विपर्वमर्दयत् ॥

इति मन्त्रेणान्नं स्तुत्वा हस्ते जलमादाय-

'सत्यन्त्वर्त्तेन परिषिञ्चामि' इति मन्त्रेण प्रातः

'ऋतं त्वा सत्येन परिषिञ्चामि' इति मन्त्रेण सायं जलेन प्रोक्षणम् ।

शिक्षकनिर्देशनम्

पाठे उल्लिखितान् श्लोकान् सस्वरं वाचयित्वा शिष्यान् श्रावयत । छात्रानपि सस्वरवाचनाय प्रेरयत । यदि छात्रैः वाचितं स्तोत्रमशुद्धं, गतियतिलयाद् भिन्नमस्ति चेद् तर्हि बारम्बारं शुद्धोच्चारणे गतियतिलयमेलने च प्रयत्नो विधेयः ।

ततः अन्नाभिमर्शनम्

ॐ तेजोसि शुक्रमस्यमृतमसि धाम नामासि

प्रियन्देवानामनाघृष्टं देवयजनमसि ॥

इत्यभिमृश्यात्मानमग्निं ध्यायेत् । ततो भूमौ बलीन् दद्यात् ।

तद्यथा–

ॐ भूपतये स्वाहा, ॐ भुवनपतये स्वाहा, ॐ भूतानां पतये स्वाहा, ॐ चित्राय स्वाहा, ॐ चित्रगुप्ताय स्वाहा, ॐ सर्वेभ्यो भूतेभ्यः स्वाहा ॥

ततो हस्ते जलमादाय–

ॐ अमृतोपस्तरणमसि स्वाहा ॥

इति मन्त्रेणार्धं जलं भूमौ बल्युपरिनिक्षिप्य शेषमर्धं जलं पिबेत् । ततः पञ्चभिः मन्त्रैः पञ्चग्रासान् जिव्हया ग्रसेद् दन्तैर्नोपस्पृशेत् ।

पञ्चग्रासमन्त्राः–

ॐ प्राणाय स्वाहा, ॐ अपानाय स्वाहा, ॐ व्यानाय स्वाहा, ॐ समानाय स्वाहा, ॐ उदानाय स्वाहा । ततो वामहस्तेन नेत्रयोरुदकस्पर्शनम् ।

ततः शिखामुक्तिं कृत्वा भगवत्स्मरणपूर्वकं यथेच्छं भोजनं कुर्यात् । भोजनान्ते अवशिष्टं किञ्चिद् अन्नं जलं च हस्ते आदाय

अस्मत्कुले मृता ये च पितृलोकविवर्जिताः ।

भुञ्जन्तु मम चोच्छिष्टं पात्राच्चैव बहिः क्षिपेत् ॥

अर्थः जो हाम्रा कुलमा मरेका र पितृलोकमा नभएका वा नपुगेका छन्, तिनीहरू मैले भोजन गरेर बाँकी रहेको उच्छिष्ट भाग भोग गरून्) भनी भूमिमा राखोस् ।

इति पितृतीर्थेन भूमौ दत्त्वा हस्ते जलमादाय

ॐ अमृतापिधानमसि स्वाहा इति मन्त्रेण अर्धं जलम् आचमनं कृत्वा अर्धं जलं उच्छिष्टान्नोपरि

रौरवेऽपूयनिलये पद्मार्बुदनिवासिनाम् ।

अर्थिनामुदकं दत्तमक्षयमुपतिष्ठतु ॥ इति मन्त्रं पठित्वा भूमौ क्षिपेत् । अवशिष्टं भोजनं भोजनालयात् बहिः गत्वा काकेभ्यः दद्यात्, हस्तौ मुखं प्रक्षालयेत् ।

ततः हस्ते जलमादाय

शर्यातिं च सुकन्यां च च्यवनं शक्रमश्विनौ ।

भोजनान्ते स्मरेन्नित्यं तस्य चक्षुर्न हीयते ॥ इति मन्त्रेण जलं नेत्राभ्यां क्षिपेत् ।

भोजनस्य परिपाकार्थम्

अगस्त्यं वैनतेयं च शनिं च वडवानलम् ।

आहारपरिपाकार्थं स्मरेद् भीमं च पञ्चमम् ॥

इति मन्त्रं पठित्वा उदरम् आलभेत ।

॥इति भोजनविधिः ॥

भोजनपछि हात मुख धुँदा १६ पटक कुल्ला गर्नुपर्छ । त्यसपछि केही समय विश्राम, सय पाइला गमन, पुराणादिको अनुशीलन, लोकयात्रा र सायं सन्ध्योपासन, सन्ध्यादीप, आत्म निरीक्षण र प्रभु स्मरण आदि कर्म गर्नुपर्छ ।

शब्दार्था:

परिधाय	= पहिरिएर, लगाएर	प्रक्षाल्य	= धोएर, पखालेर
परिवेष्य	= पस्किएर	अस्माकम्	= हामीहरूका लागि
नित्यम्	= सधैँ	एतत्	= यो
अस्तु	= होओस्	आदाय	= लिएर
जलसेचनम्	= जल घुमाउने/सेचन	स्तुत्वा	= स्तुति गरेर
अर्धम्	= आधा	बल्युपरि	= बलिमाथि
निक्षिप्य	= राखेर	यथेष्टम्	= पुरा, इच्छाअनुसार
उच्छिष्ट्र:	= बाँकी रहेको वा जुठो	अवशिष्टम्	= बाँकी रहेको
उदरम्	= पेट	आलभेत	= माडोस्
न हीयते	= नाश हुँदैन	आहारपरिपाकार्थम्	= खाएको अन्न पाचनका लागि
स्मरेद्	= सम्भोस्	वैनतेयम्	= गरुडलाई
वडवानलम्	= वडवाग्निलाई	अगस्त्यम्	= अगस्ति मुनिलाई

अभ्यास:

१. **भोजनालये कथं प्रवेशनीयम् ?**

२. **भोजनपात्रेऽन्नं परिवेष्य किं कर्तव्यम् ?**

३. **ॐ पितुन्नु स्तोषं .... इति मन्त्रः कस्मिन् कर्मणि प्रयुज्यते ?**

४. **भोजनकाले बलिदानमन्त्राः लेखनीयाः ।**

५. **पञ्चग्रासमन्त्राः के ?**

६. कीदृशा जना उच्छिष्टभोगिनो भवन्ति ?

७. भोजनान्ते केषां स्मरणेन चक्षुर्न हीयते ?

८. किमर्थमगस्त्यादीनां स्मरणं कर्तव्यम् ?

९. भोजनान्ते कतिवारं गण्डूषं कर्तव्यम् ?

१०. निम्नलिखितानि पदानि प्रयुज्य वाक्यानि रचयत

उदरम्, आलभ्य, हीयते, उदकम्, परिधाय ।

११. रिक्तस्थानं पूरयत

अस्मत्कुले मृता .... विवर्जिताः ।

..... मम .... पात्राच्चैव .... ॥

१२. समग्रं भोजनविधिमुल्लिख्य अध्यापकं प्रदर्शयत ।

पाठः ९

शयनविधिः

सायङ्कालिक सन्ध्या हवनादि समाप्त गरी सबै परिवार सहित ठिक्क भोजन गरी शयन गर्नु उत्तम मानिन्छ । शयन गर्दा हात गोडा धोएर शिरमा पूर्ण जलकुम्भ राखेर रात्रिसूक्त र सुखशायीहरूको स्मरण गर्दै शयन गर्नुपर्दछ । यसलाई निद्राकलश पनि भन्दछन् । शयन गर्दा पूर्व र दक्षिण शिर गरी शयन गर्नुपर्दछ । प्रवासमा भए पश्चिम दिशामा पनि शिर गरी शयन गर्न सकिन्छ, तर उत्तरतिर कहिल्यै पनि शिर पारी शयन गर्नु हुँदैन । यसो गर्नु हानिकारक मानिन्छ ।

शयनकालः –

उपास्य पश्चिमां सन्ध्यां हुत्वाऽग्नींस्तानुपास्य च ।
भृत्यैः परिवृतो भुक्त्वा नातितृप्याथ संविशेत् ॥ - याज्ञवल्क्यः

शयने दिग्विचारः –

प्राक्शिरा शयने विद्या धनमायुश्च दक्षिणे ।
पश्चिमे प्रबला चिन्ता हानिर्मृत्युरथोत्तरे ॥ - मार्कण्डेयः

स्वगृहे प्राक्शिरा शेते श्वाशुर्ये दक्षिणा शिरा ।
प्रत्यक्शिरा प्रवासे तु न कदाचिदुदक्शिरा ॥ - गार्ग्यः

शिक्षकनिर्देशनम्

पाठे उल्लिखितान् श्लोकान् सस्वरं वाचयित्वा शिष्यान् श्रावयत । छात्रेभ्योऽपि सस्वरवाचनाय प्रेरणा प्रदातव्या । यदि छात्रैः वाचितं स्तोत्रमशुद्धं, गतियतिलयाद् भिन्नमस्ति चेद् तर्हि बारम्बारं शुद्धोच्चारणे गतियतिलयमेलने च प्रयत्नो विधेयः ।

शयनावश्यककर्माणि -

रात्रिसूक्तं जपन्स्मृत्वा देवाश्च सुखशायिनः ॥

नमस्कृत्याव्ययं विष्णुं समाधिस्थं स्वपेन्निशि ॥ - मार्कण्डेयः

शयनविधिः -

ततो हस्तौ पादौ प्रक्षाल्य शिरः स्थाने पूर्णकुम्भं संस्थाप्य रात्रिस्मरणसूक्तं पठेत् -

ॐ जले रक्षतु वाराहः स्थले रक्षतु वामनः ।

अटव्यां नारसिंहश्च सर्वतः पातु केशवः ॥

जले रक्षतु नन्दीशः स्थले रक्षतु भैरवः ।

अटव्यां वीरभद्रश्च सर्वतः पातु शङ्करः ॥

अर्जुनः फाल्गुनो जिष्णुः किरीटी श्वेतवाहनः ॥

बीभत्सुर्विजयः कृष्णः सव्यसाची धनञ्जयः ॥

तिस्रो भार्याः कफल्लस्य दाहिनी मोहिनी सती ।

तासां स्मरमात्रेण चोरो गच्छति निष्फलः ॥

कफल्लकः ! कफल्लकः !! कफल्लकः !!! - आह्निकम्

अगस्तिर्माधवश्चैव मुचुकुन्दो महाबलः ।

कपिलो मुनिरास्तीकः पञ्चैते सुखशायिनः । - गोभिलः

॥ इति सङ्क्षिप्तशयनविधिः ॥

शब्दार्थाः

उपास्य	= उपासना गरेर
हुत्वा	= हवन गरेर
परिवृतः	= एकत्रित भएर
संविशेत	= शयन गरोस्
अव्ययम्	= कहिल्यै नाश नहुने
नमस्कृत्य	= नमस्कार गरेर
स्वपेत्	= सुतोस्
उक्त्वा	= भनेर
पातु	= रक्षा गरून्
संस्थाप्य	= राखेर
पश्चिमाम्	= सायं कालको
भृत्यैः	= नोकर चाकरहरूले
भुक्त्वा	= खाएर
स्मृत्वा	= सम्झेर
विष्णुम्	= विष्णुलाई
निशि	= रात्रिमा
समाधिस्थम्	= समाधि लगाएर
अटव्याम्	= जङ्गलमा
प्रक्षाल्य	= पखालेर वा धोएर
पठेत्	= पढोस्

अभ्यासः

१. **कथं शयनं कर्तव्यम् ?**

२. **दक्षिणशिरा शयने को लाभः ?**

३. **उदक्शिरा शयने किं भवति ?**

४. **कं देवं नमस्कृत्य शयनं कर्तव्यम् ?**

५. **कफल्लस्य कतिभार्याः सन्ति ?**

६. **कफल्लस्य भार्याणां स्मरणमात्रेण किं भवति ?**

७. **के ते सुखशायिनः ?**

८. **परस्परं मेलयत**

प्राक्शिरा शयने	धनमायुश्च
उदक्शिरा शयने	प्रबला चिन्ता
दक्षिणदिक् शयने	हानिर्मृत्युः
पश्चिमदिक् शयने	विद्या

९. **रिक्तस्थानं पूरयत**

अगस्ति .... मुचुकुन्दो ....।

.... मुनिरास्तीकः .... सुखशायिनः ॥

१०. **निम्नलिखितानि पदानि प्रयुज्य वाक्यानि रचयत**

भुक्त्वा, धनम्, रक्षतु, केशवः, नन्दीशः ।

११. **रात्रिस्मरणसूक्तं कण्ठस्थं कृत्वा शिक्षकं श्रावयत ।**

१२. **शयनार्थमावश्यकानि उपकरणानि सङ्कलयत ।**

पाठः १०

व्यवहारज्ञानम्

दाक्षिण्यं स्वजने दया परिजने शाठ्यं सदा दुर्जने ।

प्रीतिः साधुजने स्मयः खलजने विद्वज्जने चार्जवम् ॥

शौर्यं शत्रुजने क्षमा परिजने नारीजने मित्रता ।

येष्वेवं पुरुषाः कलासु कुशलास्तेष्वेव लोकस्थितिः ॥१॥

अभिवादनशीलस्य नित्यं वृद्धोपसेविनः ।

चत्वारि तस्य वर्धन्ते आयुर्विद्या यशो बलम् ॥२॥

मातृदेवो भव । पितृदेवो भव । आचार्यदेवो भव । अतिथिदेवो भव ।
यान्यनवद्यानि कर्माणि तानि सेवितव्यानि, नो इतराणि ।

यान्यस्माकं सुचरितानि तानि त्वयोपास्यानि, नो इतराणि ॥३॥

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुर्गुरुदेवो महेश्वरः ।

गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्रीगुरवे नमः ॥४॥

विद्या ददाति विनयं विनयाद्याति पात्रताम् ।

पात्रत्वाद् धनमाप्नोति धनाद् धर्मं ततः सुखम् ॥५॥

शिक्षकनिर्देशनम्

पाठे उल्लिखितान् श्लोकान् सस्वरं वाचयित्वा शिष्यान् श्रावयत । छात्रानपि सस्वरवाचनाय प्रेरयत । यदि छात्रैः वाचितं स्तोत्रमशुद्धं, गतियतिलयाद् भिन्नमस्ति चेद् तर्हि बारम्बारं शुद्धोच्चारणे गतियतिलयमेलने च प्रयत्नो विधेयः ।

१. आफन्तमा चतुरता, सेवकमा दयाभाव, दुर्जनमा शठता, सज्जनमा प्रेम वा माया, दुष्ट जनमा द्वेष, विद्वान्‌मा नम्रता वा विनय, शत्रुमा पराक्रमी, इष्टमित्रहरूमा सहनशीलता र नारीहरूमा मित्रता जस्ता गुणहरू जसमा छन्, तिनीहरू नै कलामा कुशल अर्थात् व्यवहारमा निपुण मानिन्छन् ।

२. सधैँ अभिवादन गर्ने र वृद्धहरूको सेवा गर्ने मानिसको आयु, विद्या, कीर्ति र बल गरी चार कुरा बढ्छन् ।

३. माता, पिता, आचार्य र अतिथिलाई देवता समान मानेर व्यवहार गर । जुन कर्महरू अनिन्दित र मर्यादित छन् तिनीहरू मात्र गर । अरू होइन ।

४. गुरु ब्रह्मा हुन् । गुरु विष्णु हुन् । गुरु महेश्वर हुन् । गुरु साक्षात्कार हुने परब्रह्म हुन् । त्यस्ता गुरुलाई नमस्कार छ ।

५. विद्याले नम्रता दिन्छ, नम्रताबाट सत्पात्रता प्राप्त हुन्छ । सत्पात्रताबाट धन प्राप्त हुन्छ । धनबाट धर्म हुन्छ । त्यसपछि सुख पाइन्छ ।

अभ्यासः

१. कीदृशाः नराः कलासु कुशलाः भवन्ति ?

२. अस्माभिः कीदृशानि कर्माणि कर्तव्यानि भवन्ति ?

३. विद्या किं ददाति ?

४. पात्रत्वाद् किं प्रात्यते ?

५. धनाद् किं भवति ?

६. अभिवादनशीलस्य नरस्य कानि फलानि वर्णितानि सन्ति ?

७. निम्नलिखितानि पदानि प्रयुज्य वाक्यानि रचयत

आप्नोति, यशः, परब्रह्म, उपास्यानि, क्षमा ।